



TVE Burgaltendorf

AKTIV.



Nr. 184
September
2026



Michelitsch und Imkamp
Steuerberatungsgesellschaft mbH

Mühlenweg 21 | 45289 Essen | Telefon (0201) 85 70 40
www.mundi-steuerberatung.de | info@mundi-steuerberatung.de



Erleben Sie Ihren Urlaub ganz nach Ihrem Geschmack!
Ihren Traumurlaub finden Sie bei uns im:

TUI TRAVELStar Reisebüro Burgaltendorf

Alte Haupstr. 104-106 . 45289 Essen

Tel. 0201 592760 . Fax 0201 57757

info@reisebuero-burgaltendorf.de

www.reisebuero-burgaltendorf.de

Unsere Inserenten

AMS AutoMotorService Michelitsch

Bäckerei Konditorei Café Gräler

Bagus Auge und Ohr für Sie

Café Restaurant Burgfreund

Garten- und Landschaftsbau Hendrik Tenhaven

Garten- und Motorgeräte Theo Lelgemann

Getränke Michael Michel GmbH

GENO BANK Essen

Johannes Brauksiepe GmbH

LAURA Apotheke

Mirbach Wohnraum- und Objektausbau

Pflegeagentur 24

Prost Bedachungen GmbH

Physiotherapie Jörg Verfürth

Reisebüro Burgaltendorf

REWE Stilleke

Steuerberatungsgesellschaft

Michelitsch & Imkamp

Wohnstudio Neuhaus

Inhalt

Titelbild: Beate Grond, Leiterin des Kurses "Drums Alive", beim Jubiläumsfest des TVE rund um den AKTIV PUNKT

3	Unsere Inserenten
4	Inhaltsverzeichnis
6	Editorial
8-11	Schön war's ... unser Jubiläumsfest
13-23	Sportkursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen
24	Onkolauf 2026
27	Kraftgerätetraining Neues aus dem Mitarbeiterteam
28	Bambinischwimmen
29	U10 Basketball für Jungen und Mädchen
30	Sportgruppenwechsel für 2-10jährige Kinder



31	Badminton
33	Rhönrad
34-37	Leistungsturnen
38	Boule spielen
39	Spaziergehen
40	tonARTisten
42	60plus Frauen-Gymnastik Gruppe E
43-53	50plus Radel Touren
54-61	60plus Freizeitaktivitäten
62	Beitragsregelungen
64	Sportangebot der Vereinsgruppen
66	Impressum

Das war doch mal.....

Und was für eine Eröffnung: Der Einmarsch unserer Leistungsturnerinnen, dann der Fackellauf zur Bühne und sofort weiter mit den Präsentationen von A wie Aerobic bis Z wie Zumba®.

Etwa 90 Mitarbeitende und unzählige Mitwirkende aus dem laufenden Sportangebot des TVE haben am Samstag, 11. Juli, die Idee einiger Mitglieder vorbereitet und mitgestaltet, das 125jährige Vereinsjubiläum nicht in Form einer Gala oder einer geschlossenen Veranstaltung in der Sporthalle zu feiern, sondern mit einem Sporttag für alle unter dem Motto: Mitmachen, zuschauen, plaudern, essen und trinken - und das im und um den AKTIV PUNKT sowie in der Turnhalle und dem Schwimmbad.

Ja, es war sehr heiß an diesem Samstag, aber es hat Spaß gemacht, weil nicht nur der Tag selbst, sondern auch die notwendigen Transporte und Auf- und Abbauarbeiten von ungeheuer vielen fleißigen Mitgliedern geleistet wurden. Und weil die Qualität der Darbietungen sehr hoch war und für Begeisterung gesorgt hat. Was mir dabei aufgefallen ist: Auch die Gesichter der Sportlerinnen und Sportler auf den Veranstaltungsbühnen strahlten Freude aus - und das trotz der hohen Temperaturen, denn Schatten gab es nur bis mittags am Rand des "Sportplatzes" auf der Laufbahn! Aber mal ehrlich: Besser so ein Sommertag als ein grauer Regentag! Viele Menschen trafen auf viele Menschen, so wie es auch geplant war: Ein Fest des Sports und der Begegnung.

Auch für alle von uns, die wir aktiv am Sportangebot teilnehmen, war es spannend zu sehen, was die anderen Gruppen auf die Beine stellten. Mitmachen war auch gewünscht, wurde aber, vielleicht zumindest bei den anstrengenden Sportarten und der Temperatur an diesem Tag, nicht so wahrgenommen, wie vielleicht erwartet. Aber einige wagten sich doch an Aerobic, HipHop, Zumba® oder Linedance. Und am Ende des Tages konnten alle, auch diejenigen, die bisher weniger aktiv waren, beim Rudelsingen mit den tonARTisten ihre Stimmen erklingen lassen. Das war schon ein Erlebnis - und eine Überraschung, als der Chor eine Vereinshymne präsentierte!

Was ich bedauert habe: Wir hatten die langjährigsten, die ältesten und die jüngsten Mitglieder zu einer Ehrung eingeladen und um Rückmeldung gebeten. Das ist leider nicht ganz optimal gelaufen, weil einige aSchlonscheinend anwesend waren, die sich nicht gemeldet hatten, andere erschienen nicht, trotz positiver Rückmeldung, möglicherweise wegen der Hitze.

Und die Wartezeit vor der Bühne, teilweise außerhalb des Schattens, war sicherlich strapaziös. Doch unsere Redner, der Vizepräsident des LSB (Finanzen) Diethelm Krause, der Geschäftsführer des Essener Sportbundes Thorsten Flügel und der Oberbürgermeister der Stadt Essen Thomas Kufen konnten überzeugt werden, dass der TVE in Burgaltendorf Enormes für diesen Stadtteil leistet.

Es war wirklich eine wunderbare Veranstaltung. Bedanken möchte ich mich nicht nur bei unseren Helfern und Mitwirkenden, sondern zudem auch bei den Institutionen und Firmen, die uns in irgendeiner Weise unterstützt haben.

Eckhard Spengler



..... eine tolle Jubiläumsfeier!

Danke

an unsere Sponsoren und Förderer!

Ihr habt unser Jubiläumsfest möglich gemacht!



**Deutsche Stiftung für
Engagement und
Ehrenamt**

Essener Sportbund

**Gemeinschaft Essener
Turnverveine (GET)**

GENO Bank Essen

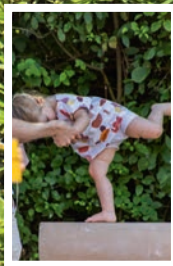
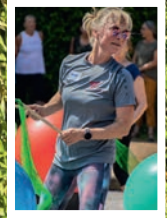
**Heimat- und Burgverein
Burgaltendorf e.V.**

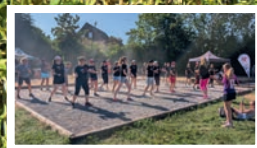
**Kolpingsfamilie
Burgaltendorf**

REWE Stilleke

Schlossquelle

Sparkasse Essen





SCHÖN WAR 'S...



Wir freuen uns auf Sie!



Ihr Team der Laura Apotheke.

Apothekerin A. Beckmann
Laurastraße 4
45289 Essen
Tel.: 0201 / 57 18 90 50
Fax: 0201 / 57 18 90 51



Café – Restaurant "Burgfreund"
Burgstraße 2, 45289 Essen (Burgaltendorf)
Tel. : 0201 / 578935



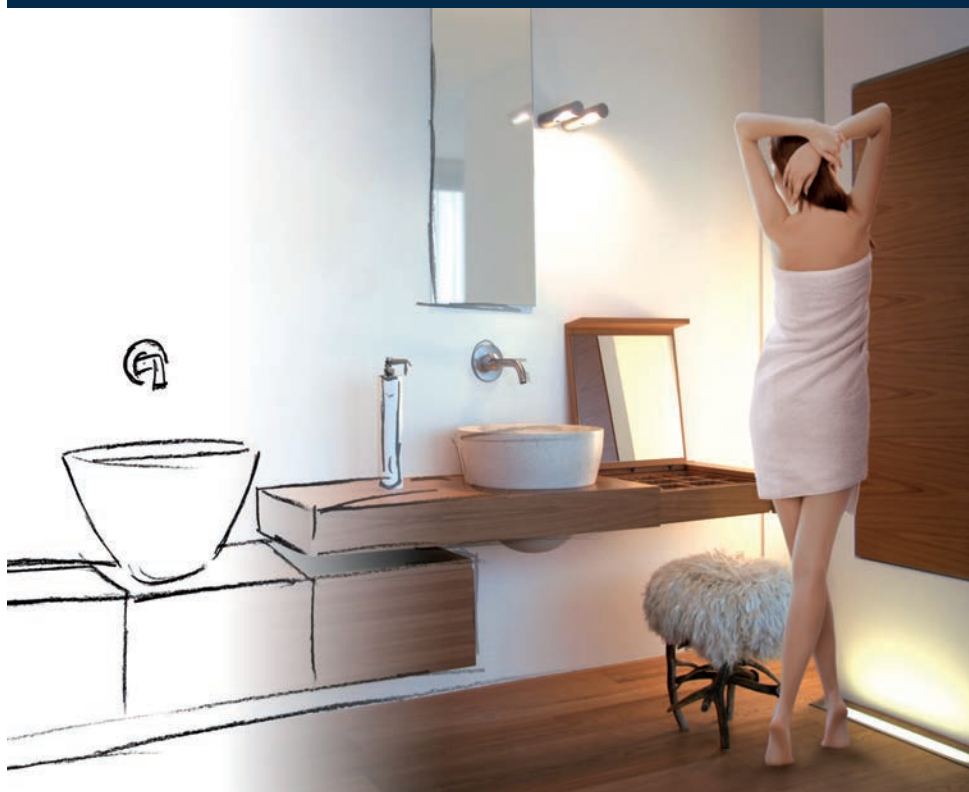
Lob für das TVE-Team zum Fest des Vereinsjubiläums

Viele der Besucherinnen und Besucher unserer Jubiläumsveranstaltung haben sich begeistert geäußert. Stellvertretend hierfür die folgende eMail:

"Liebes TVE Team,
es ist uns ein Anliegen, uns ganz herzlich für das wunderschöne Jubiläumsfest am vergangenen Samstag zu bedanken!
Sommer, Sonne und in erster Linie viel Engagement, Herzblut und mit viel Liebe zum Detail habt ihr ein Fest auf die Beine gestellt, das diesen "besonderen Anlass" würdig und fröhlich gefeiert hat.
Ein besonderer Dank gilt den vielen fleißigen Bienenchen, die im tollen neuen Shirt von jedermann zu erkennen und immer hilfsbereit auch für "Nichtturner" zur Verfügung standen.
Wir wünschen euch weiterhin viel Erfolg, bleibt alle schön gesund, auf dass wir alle noch viele Jahre fröhlich trainieren können.
Liebe Grüße
Barbara und Wieland Schröder"

Komplett mein Bad

www.brauksiepe.de



 **Joh. Brauksiepe**

DIE BAD- & HEIZUNGSGESTALTER

Bad | Heizung | Elektro | Klima

Joh. Brauksiepe GmbH · Deipenbecktal 186 · 45289 Essen · Tel: 0201 - 57 99 42 · www.brauksiepe.de

Kursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen

KURSREGLEMENT

Anmeldemöglichkeiten zu einem Kurs:

- Online: www.tve-burgaltendorf.de > Sportangebot > Sportkurse > (Blaue Buttons) oder über die App "TVE-Burgaltendorf" > Anmeldungen und Anträge - per Post (an TVE Burgaltendorf, Holteyer Str. 29, 45289 Essen) oder per Fax (0201 / 57 18 628)
- persönlich im TVE-Büro, im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29, 45289 Essen (blaues 1/3 DIN A4 Formular)
- durch Eintragen in eine zum Ende des Vorkurses im Kurs ausliegende Liste

Bitte bei der Anmeldung unbedingt die Orga-Nr. des Kurses angeben!

Anmeldungsbestätigung

Falls ein Kurs zum Zeitpunkt des Eingangs deiner Anmeldung ausgebucht sein sollte oder aber nicht stattfinden kann, erhältst du frühzeitig eine Information per eMail. Andernfalls gilt deine Anmeldung als angenommen und du erhältst eine Woche vor Kursbeginn eine Anmeldebestätigung, ebenfalls vorzugsweise per eMail. Wenn für einen Kurs nur wenige Anmeldungen eingehen, warten wir ab, ob der Kurs zustande kommt.

Zahlungsweise und Kursgebühren

Die angegebenen Kursgebühren verstehen sich pro Person und werden um den 01.04. bzw. 01.10. vom angegebenen Konto abgebucht oder in Rechnung gestellt. Wenn mehr als zwei Kursstunden ausfallen, werden die Kursgebühren entsprechend gekürzt. Die für Mitglieder angegebenen Beiträge verstehen sich zusätzlich zum Vereinsbeitrag. Sollte dir der Kurs nicht gefallen, kannst du die Anmeldung innerhalb von 14 Tagen nach Kursbeginn schriftlich stornieren. In diesem Fall berechnen wir lediglich eine Stornogebühr in Höhe von 10,00 Euro. Bei einem späteren Rücktritt, auch bei Nichtteilnahme, fällt die Gebühr in voller Höhe an, da es uns in diesem Fall nicht mehr möglich ist, den Kursplatz anderweitig zu vergeben. Wir bitten hierfür um Verständnis.

Schuhe

Betritt bitte die Sporträume nur mit sauberen Hallenschuhen mit nicht-färbenden Sohlen.

Ferien und Feiertage

Die meisten Kurse laufen in den Oster-, Herbst- und Weihnachtsferien durch, nicht an FEIERTAGEN (FT).

Umkleidesituation

Um allen Kursteilnehmer/-innen eine akzeptable Situation in den Umkleideräumen zu ermöglichen, bitten wir, die Bänke nach dem Umziehen vollständig frei zu machen, indem die Kleidung in die Spinde eingeschlossen wird. Größere Taschen können ggf. unter die Bänke oder auf die Spinde gestellt werden..

Aktuelle Informationen

Aktuelle Informationen zum Kursprogramm und allgemein zum TVE, insbesondere aber kurzfristige Änderungen des Kursprogramms, sind auf der Homepage www.tve-burgaltendorf.de und in der App "TVE Burgaltendorf", die kostenlos aus dem PlayStore/AppStore installiert werden kann, zu finden. Hierum bitten wir Sie ausdrücklich, da dann Push-Meldungen von uns in eiligen Angelegenheiten empfangen werden können.



Prost

Bedachungen GmbH

Meisterbetrieb

Alte Hauptstraße 26 45289 Essen-Burgaltendorf
Telefon 0201 / 57 89 32 Telefax 0201 / 57 17 014

www.prost-bedachungen.de

Möbeltradition seit 1934 in Burgaltendorf

Wohnstudio

und

KÜCHENPROFICENTER

A. Neuhaus + Sohn

Ihr starker Partner in Essen-Burgaltendorf

2 Häuser
mit 3000 qm
Ausstellungs-
fläche

Worringstr. 23-25 u. 41 | 45289 Essen-Burgaltendorf | T 0201 570882 | www.wohnstudio-neuhaus.de

Kursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen

Das Nachrücken in bereits laufende Kurse mit freien Plätzen ist zu entsprechend reduzierter Kursgebühr möglich. Bitte beachten Sie das Kursreglement.

BAMBINI-SCHWIMM(LERN)KURS für den Vorschuljahrgang 2026

HINWEISE:

Verpflichtende Veränderungen durch das Landeskinderschutzgesetz NRW

Der Gesetzgeber verpflichtet Einrichtungen und Vereine zur Entwicklung, Anwendung und Überprüfung von Schutzkonzepten nach dem Kinder- und Jugendförderungsgesetz NRW; davon betroffen sind alle Mitgliedsorganisationen des Landessportbundes, die Angebote mit Kindern und Jugendlichen durchführen.

Der TVE hat das geforderte Schutzkonzept erarbeitet, beschlossen und publiziert (siehe www.tve-burgaltendorf.de > Unser Verein > "Schutz vor sexuellem Missbrauch und Gewalt"). Alle TVE-Mitarbeiter*innen, die im TVE Kontakt mit Minderjährigen haben, sind informiert und werden/wurden in diesem Jahr geschult.

Das Kinderschutzgesetz hat auch Auswirkungen auf unsere Bambini-Schwimm(lern)kurse, und hier insbesondere auf die Situation in den Umkleieräumen: In den Umkleieräumen der Kinder dürfen sich nur jeweils gleichgeschlechtliche Elternteile aufhalten, um ihren Kindern beim Aus- und Ankleiden zu helfen.

Kurs 22:

Die Kinder werden von den Kursleiter*innen im Eingangsbereich in Empfang genommen und nach Kursende angezogen wieder den Eltern übergeben.

Kurs 23:

Die Kinder werden von einem Elternteil in die Umkleieräume begleitet und ggf. umgezogen. Dort werden sie von den Kursleitern*innen übernommen. Nach Kursende helfen die Eltern ihren Kindern ggf. beim ankleiden.

Kurs 25 und 26:

Wir freuen uns über die Unterstützung der Eltern: Nach Absprache untereinander könnten zum einen Väter in den Umkleieräumen der Jungen und zum anderen Mütter in den Umkleieräumen der Mädchen mehreren Kindern beim Umziehen helfen.

Ablauf: Zur genannten Startzeit des Kurses beginnt das Umkleiden mit anschließendem Duschen, 10 min. später nehmen die Übungsleiter*innen die Kinder im Bad in Empfang. Am Ende des Kurses der gleiche Ablauf in umgekehrter Reihenfolge

Orga-Nr: 22/26-2	U. Kernebeck & A. Dörendahl
09.09.2026 - 27.01.2027	Bad Th Holteyer Str.
Mitglieder: 72,00 €	Nichtmitglieder: 144,00 €
Termine: 16	nicht am: 21.10.(F), 28.10.(F), 23.12.(F), 30.12.(F), 06.01.(F)
	mittwochs, 15:30 - 17:00 h
	Max. Tn.: 10

Orga-Nr: 23/26-2	Helmut Hartstock & Kerstin Greckl
07.09.2026 - 25.01.2027	Bad Th Holteyer Str.
Mitglieder: 56,00 €	Nichtmitglieder: 112,00 €
Termine: 17	nicht am: 19.10.(F), 26.10.(F), 28.12.(F), 04.01.(F)
	montags, 15:30 - 16:30 h
	Max. Tn.: 10

BODYFORMING

Zielgruppe: Anfänger*in () Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer (X) Beweglichkeit (X) Koordination () Entspannung ()

Das ist Bodyforming: Bodyforming ist ein Kräftigungsprogramm für den gesamten Körper. Durch abwechslungsreiche Übungen werden verschiedene Muskelgruppen trainiert, der Körper gestrafft und das Herz-Kreislauf-System verbessert.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Nach der ersten Mobilisierung und einem ausgiebigen Warm-Up werden Muskelkraft und Muskelausdauer trainiert. Größtenteils wird mit dem eigenen Körpergewicht gearbeitet, aber auch Zusatzgeräte wie Hanteln oder Tubes kommen zum Einsatz. Die Stunde endet mit der Dehnung der trainierten Muskelpartien und einer entspannenden Schlusssequenz.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle.

*Genuss in
Burgaltendorf*

REWE STILLEKE



REWE Stilleke • Dumberger Str. 2 • 45289 Essen

Kursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **50/26-2** Jörg Backschues/Helmut Hartstock
08.09.2026 - 26.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 19:15 - 20:15 h
Mitglieder: 52,25 € Nichtmitglieder: 104,50 € Max. Tn.: 20
Termine: 20 nicht am: 29.12.

DRUMS ALIVE ®

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)
Schwerpunkte: Kraft () Ausdauer (X) Beweglichkeit () Koordination (X) Entspannung ()
Das ist Drums Alive: Drums Alive ist ein großer Trend in der Gruppenfitness. Das ganzheitliche Workout verbindet dynamische Bewegungen mit dem pulsierenden Trommelrhythmus. Koordination, Takt- und Rhythmusgefühl werden geschult. Bei den Teilnehmern*innen löst die ungewöhnliche Kombination große Begeisterung aus. Es macht gute Laune!
Das erwartet dich in der Kursstunde: Getrommelt wird mit Holzsticks auf Pezzibällen. Ein Cool-down und Dehnübungen runden die Stunde ab.
Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, saubere Hallenschuhe mit heller Sohle und Getränk

Orga-Nr: **45/26-2** Beate Grond
02.09.2026 - 27.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) mittwochs, 09:15 - 10:15 h
Mitglieder: 49,50 € Nichtmitglieder: 99,00 € Max. Tn.: 16
Termine: 19 nicht am: 30.12.

FELDENKRAIS-METHODE "BEWUSSTHEIT DURCH BEWEGUNG"®

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)
Schwerpunkte: Kraft () Ausdauer () Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ()
Das ist Feldenkrais-Methode: In der Feldenkrais-Arbeit werden die eigenen Bewegungen durch aufmerksame Wahrnehmung im Detail erlebt. Dies fördert das Bewusstsein für kleine Unterschiede, wodurch ermöglicht wird, selbstständig Alternativen zu den oft unbewussten und möglicherweise ungesunden alltäglichen Bewegungen zu entwickeln. Kursleiterin Hildegunde Wissing ist ausgebildete Feldenkrais-Pädagogin.
Das brauchst du für den Kurs: Bequeme, warme Kleidung, dicke Socken, Handtuch

Orga-Nr: **32/26-2** Hildegunde Wissing
08.09.2026 - 26.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 09:00 - 10:00 h
Mitglieder: 52,25 € Nichtmitglieder: 104,50 € Max. Tn.: 20
Termine: 20 nicht am: 29.12.

Orga-Nr: **57/26-2** Hildegunde Wissing
08.09.2026 - 26.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) dienstags, 10:30 - 11:30 h
Mitglieder: 52,25 € Nichtmitglieder: 104,50 € Max. Tn.: 20
Termine: 20 nicht am: 29.12.

KAHA

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)
Schwerpunkte: Kraft () Ausdauer (X) Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung (X)
Das ist KAHA: Zusammen sind diese Fitnessprogramme inspiriert vom Taiji, Kung Fu, Qigong, Haka und dem klassischen Yoga. In Kombination stärken sie die Ausdauer des Herz-Kreislauf-Systems, mobilisieren Schulter- und Nackenmuskulatur und dienen der Festigung von Bauch, Oberschenkeln und Po.
Das erwartet dich in der Kursstunde:
Eine vorchoreografierte, immer wiederkehrende Übungsabfolge zur Verbesserung des Körpergefühls, der Balance und Muskelflexibilität, Fettverbrennung, Stressabbau und Entspannung. Alle Übungen werden im Stehen durchgeführt, gerne barfuß. Die Kursstunden sind untermalt mit Musik von Bands, die aus Neuseeland, Samoa und Hawaii stammen.
Das brauchst du für den Kurs: Yogamatte (wenn vorhanden) und Getränk

anerkannter
Ausbildungsbetrieb



Ihr Experte für
Garten & Landschaft

Tenhaven

Garten- und Landschaftsbau GmbH

Surenfeldstraße 16 · 44879 Bochum

Schwarzensteinweg 73a · 45289 Essen

Telefon: 02 34 - 54 68 76 60 · Telefon: 02 01 - 8 57 61 51

info@galabau-tenhaven.de · www.galabau-tenhaven.de

PHYSIO BURGALTENDORF

Jörg Verfürth

PRIVATPRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE
IN ESSEN BURGALTENDORF

Ob akute Beschwerden, Erholung von Verletzungen oder Verbesserung der Beweglichkeit – wir bieten vielfältige Therapiemethoden. Besuchen Sie unsere moderne Praxis. Ihr Wohlbefinden steht an erster Stelle. Wir freuen uns auf Sie!



JETZT ONLINE
BEWERBEN



Manuelle Therapie
Krankengymnastik
KG-ZNS & CMD
Massage, Fango & mehr
Hausbesuche



KONTAKT

www.physic-burgaltendorf.de
info@physic-burgaltendorf.de

(0201) 5452 4898

Kursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **65/26-2**

Beate Grond

02.09.2026 - 27.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG)

mittwochs, 10:30 - 11:30 h

Mitglieder: 49,50 € Nichtmitglieder: 99,00 €

Max. Tn.: 20

Termine: 19 nicht am: 23.09., 30.09., 30.12.

MODERN FIT

Zielgruppe: Anfänger*in () Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft () Ausdauer () Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ()

Das ist Modern Fit: Ganzkörper-Workout und Aerobic-ähnliche Bewegungen mit Choreographie.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Bei Modern Fit machen wir ein ausgedehntes Warm-up mit anschließender choreografierter/koordinierter Bewegung zu flotter Musik, gefolgt von einem intensiven Bauch-Beine-Po-Training mit Hanteln, Bällen, Pezzi-Bällen und Gymnastikstäben. Dabei kommen auch die Arme sowie der Schulter-Rücken-Bereich nicht zu kurz. Abgerundet wird das Ganze zum Schluss mit einem leichten Stretching sowie Entspannungsübungen. Der Kurs ist ideal für Wiedereinsteiger oder Teilnehmer mit etwas Erfahrung.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle

Orga-Nr: **39/26-2**

Bettina Schuran

03.09.2026 - 28.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG)

donnerstags, 09:10 - 10:40 h

Mitglieder: 68,00 € Nichtmitglieder: 136,00 €

Max. Tn.: 20

Termine: 18 nicht am: 10.09., 17.09., 24.12., 31.12.

ONLINE-KURS: YOGA-STIL-MIX

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer () Beweglichkeit (X) Koordination () Entspannung (x)

Das ist Yoga-Stil-Mix: Weniger Stress, verbesserter Allgemeinzustand, Gewichtsregulierung, bessere Durchblutung, mehr Kraft und Flexibilität, mehr Energie, mehr Kreativität; das alles kann Yoga unter anderem bewirken.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Im Yoga-Stil-Mix bieten wir eine bunte Mischung aus den beliebten Stilen wie Hatha Yoga, Yin Yoga, Vinyasa Yoga und Faszien Yoga.

Das brauchst du für den Kurs: Handtuch oder Yoga-Matte, Getränk, Yogablöcke und Yoga-Gurt (falls vorhanden).

Hinweis: Die Kursstunden finden ausschließlich online (von zu Hause über "Zoom") statt. Du erhältst von uns per E-Mail einen Link.

Orga-Nr: **44/26-2**

Stefanie Lahmer

02.09.2026 - 27.01.2027 online (ZOOM)

mittwochs, 18:00 - 19:15 h

Mitglieder: 45,50 € Nichtmitglieder: 91,00 €

Max. Tn.: 20

Termine: 14 nicht am: 16.09., 23.09., 21.10., 28.10., 25.11., 23.12., 30.12., 06.01.

TÄNZE AUS ALLER WELT

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)

Schwerpunkte: Kraft () Ausdauer () Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung ()

Das ist Tänze aus aller Welt: Volkstänze, Gesellschaftstänze, Kreistänze, Paartänze, Block- und Gassentänze sowie Squaretanz. Tanzen ist ein Ganzkörpersport, egal in welchem Alter. Das Erlernen von Bewegungsabläufen und deren körperliche Umsetzung stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Durchblutung und kräftigt die Muskulatur des gesamten Körpers. Die Bewegungswechsel und die Verlagerung des Gewichts trainieren den Gleichgewichtssinn sowie die Stand- und Trittsicherheit und beugen somit gezielt Stürzen vor.

Das erwartet dich in der Kursstunde: Gemeinsam werden schnell Erfolgsergebnisse geschaffen, die sich positiv auf das Selbstbewusstsein auswirken. Jede/r kann an diesem Bewegungsangebot teilnehmen, ohne Vorkenntnisse, ohne spezielle Bekleidung, ohne einen Partner/eine Partnerin mitbringen zu müssen, da in der Gruppe ohne festen Partner/feste Partnerin getanzt wird.

Das brauchst du für den Kurs: Getränk und saubere Hallenschuhe mit heller Sohle.



Kosten-
übernahme
durch alle
Kassen!

**Bei Ihnen,
für Sie**
- durch uns

Unsere Leistungen:

- Pflegeberatung
- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Haushaltshilfe
- Beratung nach
§ 37.3 SGB XI
- „24 Std. Pflege“



Burgstr. 1
45289 Essen
(0201) 7 64 04 10

info@pflegeagentur24-pflegedienst.de
www.pflegeagentur24-pflegedienst.de

Kursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **42/26-2** Rosemarie Weber
17.07.2026 - 29.01.2027 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) freitags, 10:30 - 12:00 h
Mitglieder: 68,00 € Nichtmitglieder: 136,00 € Max. Tn.: 20
Termine: 17 nicht am: 31.07., 21.08., 29.08., 11.09., 25.09., 09.10., 23.10., 30.10., 27.11., 25.12., 03.

WIRBELSÄULENGYMNASTIK & RÜCKENSCHULE

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)
Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer () Beweglichkeit (X) Koordination (X) Entspannung (X)
Das ist Wirbelsäulengymnastik & Rückenschule: Rückenprobleme sind in der modernen Zeit ein weit verbreitetes Übel. Stress, psychische Belastungen, Bewegungsmangel und einseitige, statische körperliche Belastungen sind nur einige Beispiele für die Entstehung von Rückenbeschwerden. Die Wirbelsäulengymnastik vermittelt Kenntnisse, sich in Alltagssituationen rückengerecht verhalten zu können.
Das erwartet dich in der Kursstunde: Durch gezielte, funktionelle Gymnastik kann Problemen, z.B. im Hals-Nacken-Bereich, vorgebeugt und entgegengewirkt werden. In lockerer Gruppenatmosphäre findet man Spaß und Motivation, mit anderen etwas für seine Gesundheit zu tun. Schwerpunkt ist die Kräftigung der Rumpfmuskulatur und die Stabilisierung der Körperhaltung.
Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle

Orga-Nr: **29/26-2** Heidrun Hutschenreuter
07.09.2026 - 25.01.2027 Sh Auf dem Loh --R montags, 17:20 - 18:35 h
Mitglieder: 66,50 € Nichtmitglieder: 133,00 € Max. Tn.: 24
Termine: 20 nicht am: 28.12.

Orga-Nr: **63/26-2** Rosemarie Stoßberg
07.09.2026 - 25.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG) montags, 19:05 - 20:05 h
Mitglieder: 52,25 € Nichtmitglieder: 104,50 € Max. Tn.: 20
Termine: 20 nicht am: 28.12.

YOGA FÜR ANFÄNGER

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)
Schwerpunkte: Kraft (X) Ausdauer () Beweglichkeit (X) Koordination () Entspannung (X)
Das ist Hatha Yoga: Yoga verbindet Körper, Geist und Seele. Beim Hatha Yoga geht es darum, den Geist zu beruhigen und durch körperliche Techniken Energien fließen zu lassen und ins Gleichgewicht zu bringen.
Das erwartet dich: Durch das Halten von Asanas (Körperstellungen) werden Kraft, Beweglichkeit und Körperbewusstsein gefördert. Es werden sowohl kräftigende als auch entspannende, lösende Übungen praktiziert und viel Wert auf eine präzise Ausrichtung gelegt. Dabei ist es nicht wichtig, wie gelenkig man ist oder wie perfekt man eine Asana ausführt. Es geht um das Gefühl und die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Neben den Asanas werden auch Atemübungen und Meditationen zur Entspannung und Stressreduktion beitragen.
Das brauchst du für den Kurs: Yoga Matte, Decke, warme Socken, wenn vorhanden: Yoga Bolster.

Orga-Nr: **09/26-2** Hannah Körber
02.09.2026 - 27.01.2027 AKTIV PUNKT, Kommunikations-R. (OG) mitwochs, 17:30 - 19:00 h
Mitglieder: 99,75 € Nichtmitglieder: 199,50 € Max. Tn.: 16
Termine: 20 nicht am: 23.12., 30.12.

ZUMBA®

Zielgruppe: Anfänger*in (X) Fortgeschrittene (X)
Schwerpunkte: Kraft () Ausdauer (X) Beweglichkeit () Koordination (X) Entspannung ()
Das ist Zumba®: Zumba® ist ein Tanz-Fitness-Kurs zu lateinamerikanischer Musik oder internationalen Charthits. Er verbindet klassische Fitnessselemente aus der Aerobic mit tänzerischen Choreografien.
Das erwartet dich in der Kursstunde: Tolle Musik aus der ganzen Welt und vor allem viel Spaß und gute Stimmung. Die Ausdauer wird gesteigert und die Fettverbrennung angekurbelt. Ein Workout für alle Altersklassen und leicht zu erlernen, so dass man mit guter Laune nach Hause geht.
Das brauchst du für den Kurs: Handtuch, Getränk, saubere Hallensportschuhe mit heller Sohle



Auto-Motor-Service

Ihr Partner für den Kauf und die Vermittlung von
Neu- und Gebrauchtwagen sowie Wartung und
Reparatur **in Essen.**

- ✓ Reparatur und Wartung
- ✓ Karosserie-Instandsetzung
- ✓ Lackierarbeiten
- ✓ Glasschaden-Service
- ✓ Klima-Service
- ✓ Achsvermessung
- ✓ HU & AU
- ✓ Ersatzwagen
- ✓ Räder-Einlagerung
- ✓ Fahrzeugaufbereitung
- ✓ Hol- und Bring-Service



Servicepartner:



Mitglied der Karosserie- und Fahrzeugbau-Innung

AMS – Auto-Motor-Service GmbH Am Zehnthof 187 45307 Essen
Tel.: 0201 – 59 21 00 Fax: 0201 – 59 21 025
info@ams-essen.de www.ams-essen.de

Kursprogramm 2. Halbjahr 2026 mit freien Plätzen

Orga-Nr: **04/26-2**

31.08.2026 - 25.01.2027 AKTIV PUNKT, Sportraum (EG)

Mitglieder: 59,50 € Nichtmitglieder: 119,00 €

Termine: 18 nicht am: 21.09., 23.11., 21.12., 28.12.

Sandra de Bakker

montags, 20:15 - 21:15 h

Max. Tn.: 20



Bäckerei • Konditorei

Cafe Ruhrblick

*Cafe
Ruhrblick*

Überruhrstraße 465 . 45277 Essen

Tel.: 0201 / 58 74 83

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 6.00 - 18.30

Sa. 6.00 - 14.00

So. 8.00 - 18.00

**Über 90 Jahre
mit Leiden-
schaft zum
Handwerk**

Alte Hauptstraße 16 . 45289 Essen

Tel.: 0201 / 5 76 96

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 6.30 - 13.00 u. 15.00 - 18.00

Sa. 5.30 - 13.00

So. 7.30 - 11.00

Internet: www.cafe-ruhrblick.ruhr

info@cafe-ruhrblick.ruhr

Onkolauf im Grugapark Essen

am 26. September 2026

TVE-Mitglieder laufen für das Leben, der TVE übernimmt die
Startgelder zu Gunsten der Essener Krebsberatung.

Ein sportlicher Tag für ALLE Mitglieder des TVE

Am 26.09.2026 startet der mittlerweile 22. Onkolauf im Grugapark.

Der TVE nutzt dieses Ereignis traditionell als ein großes, gemeinsames Event für den guten Zweck. Ab sofort könnt ihr euch wieder zum Mitlaufen oder Walken anmelden! Die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist für den TVE (und hoffentlich auch für dich) wie immer eine Selbstverständlichkeit.

Seit 2003 findet der gemeinnützige Lauf zu Gunsten der Essener Krebsberatung statt.

Seit Jahren stellt sich der TVE die Aufgabe, als teilnehmerstärkster Verein das Tagesbild mitzuprägen. Schön wäre es, wenn wir dieses Jahr mal wieder mit einer eindeutigen, nicht zu übertreffenden Stärke auftreten würden.

Für uns Mitglieder ist es jedes Mal eine schöne Möglichkeit, den TVE (im roten TVE-Shirt oder vielleicht im neuen grauen Shirt mit dem Logo zum 125jährigen Bestehen des Vereins) zu repräsentieren und für den Veranstalter eine große Hilfe zu sein beim Füllen des Spenden-Kontos für die Essener Krebsberatung.

Der Verein übernimmt die Startgebühren und du das Laufen! wwEs geht dabei am wenigsten um Geschwindigkeit, sondern in erster Linie um das Dabeisein. Man darf walken



(auch mit Stöcken) oder rennen, Minimum für Erwachsene sind 2,5 km; es dürfen aber auch nach Lust und Laune mehr sein.

Los geht es am Samstag um 10.00 Uhr für die (Nordic-) Walker*innen, hier kann die Anzahl der 2,5 km-Runden (bis max. 11.30 Uhr) frei gewählt werden.

Der Zeitplan:

09:30 Uhr – Begrüßung der Teilnehmer*innen

10:00 Uhr – Walking und Nordic Walking / freie Wahl der Streckenlänge

11:30 Uhr – Ende des Walkingwettbewerbs

12:00 Uhr – 300 m Bambinilauf (Jg. 2020)

12:05 Uhr – 300 m Bambinilauf (Jg. 2021)

12:10 Uhr – 300 m Bambinilauf (Jg. 2022)

12:15 Uhr – 300 m Bambinilauf (Jg. 2023)

12:20 Uhr – 300 m Bambinilauf (Jg. 2024)

12:30 Uhr – Urkunden und Medaillen für die Bambinis

13:00 Uhr – 1 km AOK-Schülerinnenlauf (Jg. 2015 bis 2019)

13:15 Uhr – 1 km AOK-Schülerlauf (männl.) (Jg. 2015 bis 2019)

13:30 Uhr – 1 km AOK-Schüler*innenlauf (Jg. 2011 bis 2014)

13:45 Uhr – Siegerehrung Schüler*innenläufe

14:00 Uhr – 2,5 km Firmen- und Teamlauf (3 Läufer pro Team)

14:00 Uhr – 2,5 km Jedermannlauf (ohne AK-Wertung)

15:00 Uhr – 5 km Hauptlauf (mit AK-Wertung)

Der Eintritt in den Grugapark ist für angemeldete Teilnehmer*innen an diesem Tag frei! Wir freuen uns über jede Anmeldung (über den TVE), übernehmen die Startgebühren, erwarten dann aber auch die Teilnahme.

Anmeldemöglichkeiten (unter Angabe der Disziplin):

- vorzugsweise über die Homepage:
tve-burgaltendorf.de > Sportevents > Onkolauf > Roter Button

oder

- <https://www.tve-burgaltendorf.de/de/service-medien/Online-Anmeldung-persoennl-Daten-sind-bekannt/anmeldung-zu-einem-sportevent/>

- oder auf dem universellen Anmeldungsformular im AKTIV PUNKT

Bitte die Hinweise des Veranstalters beachten (www.onkolauf.de)!

Noch schnell anmelden!!

Georg Spengler



**Hier könnte
Ihre Werbung
stehen!
Annoncieren Sie in der AKTIV.!**

**Die Kosten pro Veröffentlichung (Ausgabe)
betragen:**

1/1 Seite: 139,- € (4c)
(zzgl. Sonderzuschläge für Umschlagseiten)

1/2 Seite: 79,- € (4c)
Größe = 2 Spalten (125 mm br.) x 90 mm hoch

1/4 Seite: 52,- € (4c)
Größe = 2 Spalten (125 mm br.) x 45 mm hoch oder
1 Spalte (60 mm br.) x 90 mm hoch
oder 90 mm br. x 60 mm hoch

Interessenten senden wir gerne ein Angebot zu.

**sport@tve-burgaltendorf.de
Tel.: 0201/570397**

Erweiterte Öffnungszeiten für das Kraftgerätetraining (ab Februar 2026)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
vormittags	08:00-22:00	8.00-13.00 h	8.00-13.00 h	8.00-13.00 h	8.00-21.00 h	11.00-17.00 h	11.00-14.00 h
nachmittags		15.00-22.00 h	15.00-22.00 h	15.00-22.00 h			

Neues aus dem TVE-Mitarbeiterteam

Carla Gutt (Helferin beim Badmintontraining) hat ihre Tätigkeit beim TVE aus zeitlichen Gründen (Studium) eingestellt.

Pascal Dräger ist ein zweiter Trainer bei der Basketballgruppe für Kinder von 6 bis 9 Jahre. Dadurch kann die Warteliste weitestgehend abgebaut werden.

Udo Heising verstärkt das Projektteam "60plus-Freizeitaktivitäten",
Rainer Ekkert das 50plus-Radtourenleiterteam.



Getränke – Groß- und Einzelhandel

Dilldorfer Straße 23-25

45257 Essen Alt-Dilldorf

Tel.: 0201 480315

Fax: 0201 480424

bestellung@michael-michel.de

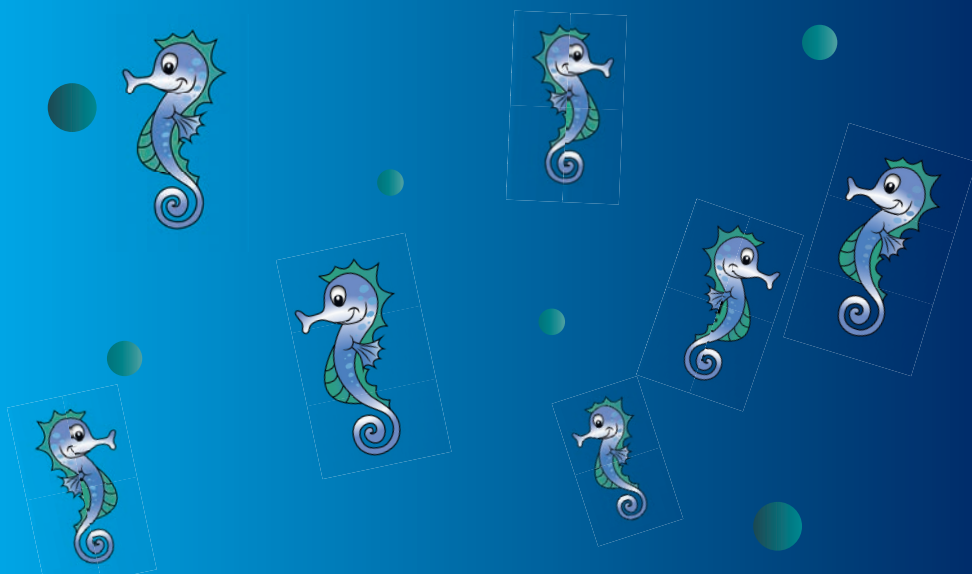
Erfrischend
kühle Getränke



Besuchen Sie uns
auf unserer
Internetseite

www.michael-michel.de

Bambini-Schwimmkurs "montags": Mit sieben Seepferdchen in die Sommerferien



Wieder haben sieben Kinder des "Montagskurses", einer von vier Bambini-Schwimmkursen, im ersten Halbjahr ihre Seepferdchen-Prüfung erfolgreich bestanden und damit den ersten Nachweis der Wasserbewältigung erbracht.

Wir bedanken uns bei den Eltern, die uns tatkräftig unterstützt haben, indem sie mit ihren Kindern das Erlernte im heimischen Pool und/oder Schwimmbad weiter geübt haben.

Hinweis an die Eltern:

Nach DLRG Standard gilt ein Kind erst als „sicherer Schwimmer“ mit dem Bronze-Abzeichen (15 min Schwimmen, mind. 200m Schwimmen in zwei Schwimmmarten, Tauchen). Das "Seepferdchen" ist ein toller Anfang, aber kein Sicherheitsnachweis.

Der TVE wünscht euch einen schönen Sommer!



Helmut Hartstock & Kerstin Greckl

Neue U10-Basketballmannschaft im TVE für Mädchen und Jungen



Basketball boomt in Deutschland. Wir sind aktueller Welt- und Europameister. Unter diesem Eindruck wurde die U10-Mannschaft ins Leben gerufen. "Mit Freude spielerisch lernen" lautet das Motto. Aufgrund der vielen basketball-



begeisterten Kinder haben wir inzwischen mit Pascal Dräger einen weiteren Trainer für die U10 gefunden. Kommt doch mal vorbei und spielt mit Freude unter Freunden!

Marc Frenzel



**Training: montags von 15.45 bis
17.15 Uhr
in der Sporthalle Auf dem Loh**

Sommerferienende: Altersbedingter Wechsel der Sportgruppen von zwei- bis zehnjährigen Kindern

4 bis 10JÄHRIGE: OPTIONEN IM TVE-SPORTANGEBOT FÜR EINEN - z.B. altersbedingten - GRUPPENWECHSEL:																						
!	2jährig	!	3jährig	!	4jährig	!	5jährig	!	6jährig	!	7jährig	!	8jährig	!	9 jährig	!	10jährig	!	11jährig			
Eltern/Kind-Turnen "L" 2-4j. Kinder+Elternteil montags, 16.00 - 17.00 h, Sh Auf dem Loh						Geräturnen für Kinder des Vorschuljahrgangs bis 4. Schuljahr dienstags, 17.00 - 18.30 h, Sh Auf dem Loh R.														202.20		
Eltern/Kind-Turnen "M" 2-4j. Kinder+Elternteil montags, 17.00 - 18.00 h, Sh Auf dem Loh						Judo für Kinder 5- bis 10jährig, Gruppe 1 mittwochs, 16.00 - 17.30 h, Th Holteyer Str.														208.01		
Eltern/Kind-Turnen "N" 2-4j. Kinder+Elternteil mittwochs, 16.00 - 17.00 h, Sh Auf dem Loh						Judo für Kinder 5- bis 10 jährig, Gruppe 2 freitags, 16.00 - 17.30 h, Th Holteyer Str.														208.02		
Eltern/Kind-Turnen "P" 2-4j. Kinder+Elternteil mittwochs, 17.00 - 18.00 h, Sh Auf dem Loh						HipHop & VideoClip Dancing (5 Gruppen A1, A2, A, B, C für Kinder von 5 bis 7 J., 8 bis 10 J., 10-12 J. und ab 13 J.) freitags, 14.30-15.30 h, 15.30-16.30 h, 16.30-17.30 h, 17.30-18.30 h, 18.30-19.30 h), AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29																
Eltern/Kind-Turnen "R" 2-4j. Kinder+Elternteil freitags, 15.30 - 16.30 h, Sh Auf dem Loh						Leistungturnen Gr. 2 für Mädchen 5- bis 11jährig freitags, 15.00 - 16.00 h, 16.00 - 17.00 h, 17.00 - 18.00 h), Sh Auf dem Loh														203.03L		
Eltern/Kind-Turnen "S" 2-4j. Kinder+Elternteil freitags, 16.30 - 17.30 h, Sh Auf dem Loh						Badminton 7- bis 18jährig (wöchentlich 2mal Training), Sh Auf dem Loh dienstags, 18.30-20.00 h und/oder freitags, 17.00-20.00 h														209.01-209.03		
Turnen, Spiel & Wassergewöhnung 4-6j. Kinder fr., 15-17 h, Th+Bad Holteyer Str.						202.01+202.02					Tischtennis, Th Holteyer Str. ab 10 J., di. 18:00 - 20:00 h 204.01											
Turnen, Spiel & Schwimmen, Kinder vom 1. bis 4. Schuljahr dienstags , 16.00 - 18.00 h, Th & Bad Holteyer Str.						202.07/202.08																
Turnen, Spiel & Wassergewöhnung 4-6j. Kinder mo., 16-18.15h, Th+Bad Holteyer S						202.03+202.04					Turnen & Spiel, Kinder vom 1. bis 4. Schuljahr dienstags , 17.00 - 18.00 h, Th Holteyer Str.										202.09	
Turnen & Spiel 4-6j. Kinder do., 16 - 17 h, Sh Auf dem Loh R						202.05																
Turnen & Spiel 4-6j. Kinder do., 17 - 18 h, Sh Auf dem Loh R						202.06					Basketball für 7- bis 9jährige mo.,15:45-17:15h,Sh Auf dem Loh											
						Rhöndradturnen, Sh Auf dem Loh ab Gr. 130cm; do. 18.30 & 20.00																

01.08.2026

Nach den Sommerferien wechseln viele Kinder altersbedingt die Sportgruppe im TVE. Dabei gibt es viele Alternativen, die ohne Anmeldung ausprobiert werden können. Hier die Übersicht.

Details zu den in Frage kommenden Sportangeboten auf der Homepage (www.tve-burgaltendorf.de) oder über die App "TVE Burgaltendorf".

Wir wünschen beim Schnuppern viel Spaß!

TVE-Badminton-Jugend mit einigen beachtlichen Erfolgen bei den Stadtmeisterschaften



Die bei den Stadtmeisterschaften sehr erfolgreiche Badminton-Jugendmannschaft

Unsere Badminton-Jugend hat am 11. und 12.07.26 wieder erfolgreich an den alljährlichen Essener Stadtmeisterschaften teilgenommen. Gleich am ersten Turniertag gab es Erfolge zu verbuchen.

Marie Peters hat im Mädchen-Einzel der U15 den dritten Platz erreicht.

Am Abend desselben Tages ist unser Badminton-Talent Antoine Pirault nach einem spannungsreichen Finale schließlich Vize-Stadtmeister im Jungen-Einzel der U19 geworden. Der zweite Turniertag stellte sich als nicht weniger erfolgreich heraus. Neben vielen unserer Spielerinnen und Spieler, die es über die Gruppenphase hinaus in die KO-Runde schafften, stachen zwei Teams besonders heraus:

Birthe Löser und Marc Alexander Schulz gewannen im Mixed U19 den dritten Platz. Außerdem gewann Marc Alexander Schulz in einem spontanen, vereinsübergreifenden Doppel mit Malte Henrico Renneberg vom OSC-Blau-Gelb Essen-Werden den dritten Platz im Herren-Doppel U19.

Aufgrund der starken Leistungen unserer Spielerinnen und Spieler, sowohl den Medaillenträgerinnen und -trägern, als aber auch denen, die in der Gruppenphase gekämpft haben und denen, die sich bis auf den vierten Platz hocharbeiteten, hat der TVE den dritten Platz in der Wertung zum besten Badminton-Verein in der Stadt gewonnen.

Dieses Turnier war für uns als Abteilung wieder ein Highlight und wir freuen uns schon auf die nächsten Turniererfahrungen.

Eric Kaczmarek

GARTEN & MOTORGERÄTE THEO LELGEMANN

STIHL MOTORSÄGEN & FREISCHNEIDER

Worringstraße 250
45289 Essen-Burgaltendorf

Tel.: 0201 / 57 94 67

Fax: 0201 / 57 29 55

www.theo-lelgemann.de



Verkauf & Service

SABO Vertragshändler

**Sie möchten über ausfallende Sportstunden
rechtzeitig informiert werden?**

Dann installieren Sie bitte auf Ihrem Smartphone/
iPhone die kostenlose App „TVE Burgaltendorf“ aus
dem Playstore/App/Store.

Dorthin gelangen Sie auch durch Fotografieren oder
Scannen des QR-Codes mit Hilfe einer QR-Code-Scan-
App auf Ihrem Smartphone/iPhone.

Die Mitarbeiter*innen im TVE-Büro helfen Ihnen bei
der Installation gern.



Mirbach
Wohnraum- &
Objektausbau



Innenausbau - von der Beratung bis zur Montage

Fertigparkett-, Dielen- und Laminatböden, Tischlerarbeiten,
Möbelanfertigungen nach Maß, Wand- und Deckenverkleidungen,
Haus- und Zimmertüren, Akustik- und Trockenbau

Tel. 0201 / 57 18 23 57

www.mirbach-innenausbau.de . info@mirbach-innenausbau.de

Rhönradturnerinnen bei den Stadtmeisterschaften und beim 41. Liedbergpokal

Beim diesjährigen Saisonauftakt, den 36. Essener Stadtmeisterschaften im Rhönradturnen am 22. Februar, war für unsere vier Rhönradturnerinnen irgendwie der Wurm drin.

Lana Förster wurden durch die Wettkampfleitung leider Steine in den Weg gelegt. Eigentlich in der Altersklasse 11-12 zuhause, in der die Disziplin Sprung noch nicht angeboten wird, wollte sie in der 11-12 eine Geradekür und in der Altersklasse 13-14 einen Sprung zeigen. Leider stellte sich vor Ort heraus, dass sie sich für eine der beiden Optionen entscheiden musste. Sie entschied sich für den Sprung und sicherte sich den 7. Platz, obwohl der lange einstudierte Überschlag nicht klappen wollte. Jetzt heißt es, fleißig weiter trainieren, damit sie im kommenden Jahr bereit für diesen Sprung ist.

Marie Gentzmer (Altersklasse 13-14) erreichte im Sprung einen starken 6. Platz und belegte im Gerade-Turnen den 7. Platz.

In der Altersklasse 15-18 gingen Lina Kinzelt und Dana Ewert mit ambitionierten Übungen an den Start.

Lina Kinzelt belegte im Sprung einen starken 6. Platz, auch hier wollte der Überschlag am Wettkampftag leider nicht klappen. Ihre Geradeübung musste sie aufgrund eines heftigen Sturzes vorzeitig beenden. Zum Glück hat sie sich schnell wieder erholt und konnte nach wenigen Wochen wieder ins Training einsteigen.

Dana Ewert turnte ebenfalls einen erfolgreichen Wettkampf und platzierte sich auf Rang 10 im Gerade-Turnen sowie auf Rang 7 im Sprung, auch hier wollte der Überschlag nicht klappen.

Mit viel Einsatz, Teamgeist und Freude am Sport sammeln die Turnerinnen wichtige Wettkampferfahrung und blicken motiviert auf die kommende Wettkampfsaison.

Beim 41. Liedbergpokal am 7. März 2026 in Korschenbroich waren wir erneut mit zwei Rhönradturnerinnen vertreten und sammelten wichtige Wettkampferfahrung auf Landesebene.

In der Altersklasse 11/12 Einkampf erreichte Lana Förster den 29. Platz und zeigte trotz starker Konkurrenz eine solide Leistung.

In der Altersklasse 15/16 Gerade und Sprung belegte Dana Ewert den 15. Platz und überzeugte mit einem gelungenen Wettkampfauftritt und ihrem ersten Überschlag im Sprung bei einem Wettkampf.

Dann richtete sich der Blick nach vorne: Am 11. Juli stand mit dem Schwebepokal in Wuppertal der nächste Wettkampf an. Dort hofften wir, dass neben den erfahrenen Turnerinnen auch die vier Neuzugänge erstmalig teilnehmen können.

Katharina von Ostrowski



Leistungsturnerinnen mit starken Leistungen beim Kür-Wettkampf



Die erfolgreiche Mannschaft des TVE im Kürwettkampf

Am 14.06.2026 war die Turnhalle an der Haedenkampstr. in fester Hand der Essener Turnerinnen. Essener Vereine trafen sich zu einem Freundschafts- und Kür-Wettkampf.

Wir vom TVE gingen mit 10 Turnerinnen an den Start. Der Wettkampf begann für uns am Boden, wo unsere Großen eine gewohnt souveräne Leistung zeigten. Im Anschluss konnten auch unsere jüngeren Mädels am Zittergerät, dem Balken, wertvolle Punkte einheimsen. So ging es weiter zu den nächsten Geräten Sprung und Stufenbarren.

Beflügelt vom bisherigen Verlauf, zeigten die Mädels allesamt schöne Handstandüberschläge über den Sprungtisch. Am Stufenbarren gingen die Leistungen dann etwas auseinander. Während es für die einen das Paradegerät war, an dem sie glänzen konnten, war für andere einfach nur das Ziel, es möglichst ordentlich zu überstehen. Aus Trainersicht gab es an den meisten Übungen aber nichts zu meckern und auch die Kampfrichterinnen hielten die Abzüge im Rahmen.

Als schöne Überraschung gab es bei der Siegerehrung für alle Turnerinnen unabhängig von der Platzierung eine Freundschafts-Medaille unter dem Motto „Turnen verbindet – Freundschaft bleibt“!

Die Platzierungen im Einzelnen:

LK 3 – Jg. 2013 und jünger

1. Platz = Martha Lazuk
3. Platz = Hannah Dakkak
5. Platz = Malou Gibas
6. Platz = Marie Mestermann

LK 3 – Jg. 2012 und älter

1. Platz = Lena Niekamp
2. Platz = Lena Petrich
4. Platz = Johanna Schlechter
6. Platz = Lidia Lazuk
8. Platz = Leonie Horz

Leistungsturnerinnen mit tollen Platzierungen bei den Stadtmeisterschaften Einzel 2026

Neben dem Landesturnfest, dem Kürwettbewerb und den Proben für das Vereinsfest standen im Juli für unsere Turnerinnen auch noch die Essener Stadtmeisterschaften auf dem Plan.

Und so traten die Turnerinnen am 04.07. und 05.07. in ihren Altersklassen gegeneinander an. Ein großer Dank geht daher zunächst an alle, die unsere Turnerinnen immer so gut unterstützen, diese großartigen Leistungen ermöglichen und an diesem Wochenende über 18 Stunden in der Turnhalle standen.

Nachdem die letzten Frisuren mit viel Haarspray fertig gestylt wurden, begann das Aufwärmen. An diesem Punkt im Wettkampf bedeutet dies, dass man sich als Mannschaft so schnell wie möglich genügend Platz auf dem 12×12-Boden sichert, denn alle Turnerinnen machen sich gleichzeitig auf dieser Fläche warm. Vor allem für unsere jüngsten Turnerinnen der Jahrgänge 2018, 2019, 2020 ist so ein Wettkampf besonders aufregend. Bei ihnen geht es mehr um die Erfahrung als um gute Platzierungen. Daher können sie alle sehr zufrieden mit ihren erbrachten Leistungen sein. So belegte Lia Weimann (2020) einen starken 4. Platz und Luise (2019) und Marie (2019) landeten auf den Plätzen 8 und 9. Auch die Turnerinnen des Jahrgangs 2017 lieferten sich ein enges Rennen. Zwischen Lilith Fürst (4. Platz) und Lia Porbeck (2. Platz) lagen nur 0,05 Punkte Unterschied. Dies entspricht in

etwa einem leicht gekrümmten Arm in einer Übung. Ein großes Lob geht an dieser Stelle auch an Marie, als Trainerin der Altersklasse 9, die durch viel Einsatz für diese großartigen Leistungen gesorgt hat.

Auch unsere älteren Turnerinnen konnten trotz einzelner Stürze am Balken einen sehr souveränen Wettkampf abliefern. Besonders der Teamgeist und das gegenseitige Anfeuern sind uns Trainerinnen positiv aufgefallen. Denn auch in einem Einzelwettkampf sollen die Turnerinnen wissen, dass sie trotzdem eine Gemeinschaft sind, die sich gegenseitig unterstützt. Lena Petrich (Ak 18+) und Hannah Dakkak (Ak 12) konnten sich mit deutlichem Abstand zu ihren Konkurrentinnen den Sieg in ihrer Altersklasse erkämpfen. Und auch Paulina Hill (Ak 16/17) muss an dieser Stelle gratuliert werden. Trotz Schulabschlussfeier bis spät in die Nacht konnte Paulina einen starken 3. Platz in ihrer Altersklasse erkämpfen. Wir gratulieren ihr an dieser Stelle auch noch einmal herzlich zum Schulabschluss! Ebenfalls Treppchenplätze in unseren älteren Altersklassen konnten sich Leonie Horz und Lidia Lazuk sichern.

Die größte Überraschung dieses Wettkampfes bot uns jedoch Marie Mestermann (Ak 13). Durch ihren unermüdlichen Ehrgeiz und ihr fleißiges Training hat sie im letzten Jahr einen riesigen Leistungssprung gemacht und konnte sich aus dem Mittelfeld ihrer Altersklasse auf einen super starken 2. Platz hocharbeiten.



Johanna Schlechter

Fröhliche Tage der TVE-Leistungsturnerinnen beim Landesturnfest 2026 in Hamm

Nach 7-jähriger Pause (aufgrund der Corona-Zeit) fand in diesem Jahr endlich wieder ein Landesturnfest statt. Wie bereits in 2019 war auch dieses Mal die Stadt Hamm Gastgeberin und hatte tausende Turnbegeisterte zu sich eingeladen. Die TVE-Leistungsturnerinnen waren mit insgesamt 27 Teilnehmerinnen vor Ort, wobei es für den Großteil unserer Mädels das erste Landesturnfest und somit eine vollkommen neue Erfahrung war. Im Vorfeld war die Vorfreude aufgrund der Erzählungen älterer Turnerinnen bereits groß.

Am Mittwochnachmittag, dem 03.06., trafen wir uns auf dem Markplatz in Burgaltendorf, und nachdem wir das Gepäck mit ein bisschen „Tetris“ in den Autos unterbekommen haben, ging es für die Fahrgemeinschaften auf nach Hamm.

Dort angekommen bezogen wir unsere Unterkunft für die nächsten Tage – zwei Klassenräume eines Gymnasiums. Die Aufteilung auf die zwei Räume war schnell geklärt, alle Jüngeren quetschten sich mit ihren dünnen Isomatten in einen Raum, während die Älteren mit ihren komfortableren Luftmatratzen im anderen Raum ihre Ruhe hatten –

wobei man angesichts des Schnarchens mehrerer Personen dort wohl kaum von Ruhe sprechen konnte.

Am Mittwochabend ging es für uns dann zur Eröffnungsveranstaltung, bei der neben einigen Reden ein Bühnenprogramm von verschiedenen Turn-/Akrobatik-Gruppen präsentiert wurde. Im Anschluss ließen wir den Abend in der Schule ausklingen und nutzen die geräumigen Flure für Handstände und Hebefiguren.

Nach einem entspannten Start in den Tag ging es für uns am Donnerstagvormittag zur Turnfest-Meile. Dort gab es zahlreiche Mitmachangebote wie den Handstand-TÜV, Airtracks, Biathlon, einen Turnspiel-Parcours und vieles mehr. Am Mittag schauten wir uns dann noch gemeinsam den Auftritt einer Essener Akrobatik-Gruppe auf der Turnfest-Bühne an und machten uns pünktlich vor Einsetzen des Regens auf den Rückweg zur Schule, wo alle Zeit hatten, sich ein bisschen auszuruhen. Denn am Abend sollte gefeiert werden – die TuJu-Party stand auf dem Programm! Vorab wurde zur Stärkung noch eine Großbestellung Pizza auf den Weg gebracht und nach einiger Wartezeit konnten wir uns



in unserer Unterkunft über leckere Pizza-Bleche freuen. Dann ging es zur TuJu-Party: In einem Flugzeug-Hangar legte ein DJ bekannte Hits auf und nach anfänglicher Zurückhaltung beim Tanzen kamen die Mädels im Verlauf des Abends immer mehr aus sich heraus und hatten sichtlich Spaß beim gemeinsamen Party-Abend!

Den Morgen nach unserer Party-Nacht ließen wir dann erneut ruhig angehen und machten uns nach dem Frühstück in der Schule wieder auf den Weg zur Turnmeile. Am Mittag kehrten wir kurz zurück, um uns für den Besuch der Turn-Gala umzuziehen. Die Einlass-Kontrolle war leider nicht so gut geregelt, so dass wir hier sehr lange in der Schlange stehen mussten. Im Rahmen eines zweistündigen Programms wurde uns dann aber eine tolle Mischung aus Turnen, Akrobatik, Jonglage und ähnlichem präsentiert – rundum eine tolle Show!

Der Samstag-Morgen startete für uns dann bereits um 06.30 Uhr und mit Flecht-Frisuren am Fließband. Drei unserer älteren Mädels sorgten dafür, dass allen Jüngeren nach und nach ein toller Wettkampf-Haarschnitt geflochten wurde. Dann ging es für uns in die Turnhalle, um beim Wahlwettkampf im Gerätturnen unser Können zu zeigen. Der Wahlwettkampf beim Turnfest ist keineswegs mit unseren normalen Wettkämpfen zu

vergleichen, es geht insgesamt viel lockerer zu. In einem vorgegebenen Zeitfenster macht man sich selbständig warm und stellt sich dann mit seiner Wettkampfkarte an einem freien Gerät an. Dort absolviert jeder nach und nach seine Übung und wechselt zum nächsten freien Gerät. Während des Wettkampfs gab es Licht und Schatten, aber letztlich geht es bei diesem Wettkampf in erster Linie nur darum, dabei zu sein. Dennoch waren am Ende auch tolle Platzierungen dabei!

Nach einem erneuten Besuch der Turnfest-Meile im Anschluss an den Wettkampf entschieden wir uns dann gemeinsam, den sonnigen Aufenthalt an der Turnfest-Meile zu verlängern und dafür die Abschlussveranstaltung am Abend auch angesichts des vorhergesagten Schlechtwetters ausfallen zu lassen. So kehrten wir erst am späteren Nachmittag zur Unterkunft zurück und packten unser Gepäck zusammen. Nachdem auch die freiwilligen Eltern-taxis angekommen waren, machten wir uns um 19 Uhr zurück auf den Weg nach Essen.

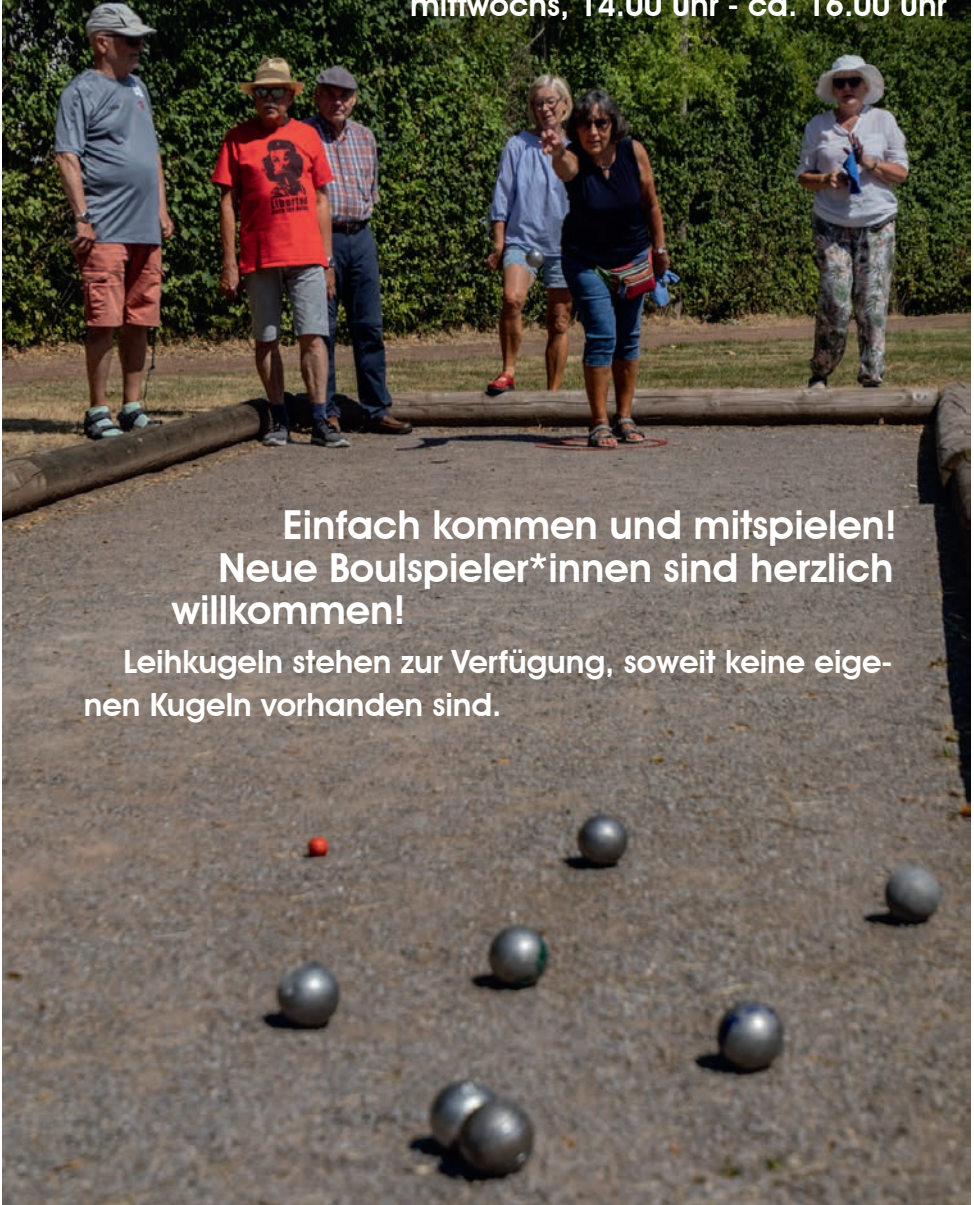
Vier abwechslungsreiche und tolle, aber auch anstrengende Tage endeten am Samstagabend mit vielen glücklichen und müden Gesichtern wieder auf dem Marktplatz in Burgaltendorf. Eine schöne Zeit, die uns noch lange in Erinnerung bleibt!

Jenny Zedler



Boule spielen

in entspannter Atmosphäre
sonntags, 10.30 Uhr - ca. 12.30 Uhr
mittwochs, 14.00 Uhr - ca. 16.00 Uhr



**Einfach kommen und mitspielen!
Neue Boulspieler*innen sind herzlich
willkommen!**

Leihkugeln stehen zur Verfügung, soweit keine eigenen Kugeln vorhanden sind.

Spazieren- gehen

Männer und Frauen aller
Altersgruppen; 14tägig

Treffzeit / -punkt:

14.00 Uhr ab Maibaum auf dem
Marktplatz unterhalb der kath. Kirche

Herzlich eingeladen!

Zum gemeinsamen Spaziergehen
sind alle Mitglieder eingeladen.

In der Regel besuchen wir auf unseren
Spaziergängen einmal im Jahr einen
Mustergarten; In der Weihnachtszeit
treffen wir uns zu einem weihnacht-
lichen Beisammensein.

Neue Gesichter sind immer willkom-
men. Nichtmitglieder können gern
ein Vierteljahr (kostenlos) mitgehen
und unser Angebot ausprobieren, da-
nach ist eine Vereinsmitgliedschaft
erforderlich.

Anmeldung:

nicht erforderlich; einfach kommen
und mitlaufen!

Leitung:

Monika Heuer

07.09.

21.09.

05.10.

19.10.

02.11.

16.11.

30.11.

"Texte und Töne" in der Burg am 26. Juli mit den tonARTisten



Die tonARTisten beim Auftritt im Rahmen von "Texte und Töne" in der Burgaltendorfer Burgruine

Nach einer extrem kurzen Probezeit - bedingt durch das Rudelsingen beim 125-jährigen Jubiläum des TVE - stand unser Konzert „We are the world“ in der Burg vor der Tür.

Freiheit, Hoffnung und Liebe waren die Themen unseres Repertoires. So kam bei „Über den Wolken“ unweigerlich ein Gefühl der „Freiheit“ auf, das man bei „Eight days a week“ vielleicht vermisst hat. „The Lady is a tramp“, gesungen als Duett von Dagmar und Michael, sprach alle Frauen an, die sich nicht bevormunden lassen wollen.

Danach wagten wir uns an das Thema Liebe, ganz romantisch bei „Can you feel the love tonight“ oder versteckt hinter der Maske eines Fabelwesens bei „Die Schöne und das Biest“.

Mit „Heal the world“ von Michael Jackson sprachen wir einen Punkt an, den sich die Mächtigen dieser Welt zu Herzen nehmen sollten, denn „We are the world“ und nur wir Menschen selbst können diese wunderschöne Erde retten.

Insgesamt umfasste unser Konzert-Programm zwölf Lieder, aufgelockert durch kurze themenbezogene Texte und eine unterhaltsame Moderation, die zum ersten Mal Sabine Rösler übernommen hat.

So verging die Stunde rasend schnell. Rolf Siepmann vom Heimat- und Burgverein bedankte sich am Ende mit einer Lobeshymne, ebenso wie das Publikum mit langem Applaus.

Von Seiten des Chores möchten wir auch an dieser Stelle unserem Chorleiter Stefan Glaser danken, der uns bei den wöchentlichen Proben geduldig, humorvoll, in verschiedenen Nuancen lobend und selten tadelnd, trainiert.

Am Tag nach dem Konzert fand die letzte Probe vor Stefans wohlverdientem Urlaub, wie fast schon traditionell, im Garten von Sabine und Heinz statt. Mit unserem bekannten „tonARTisten-Bufferl“ sowie Grillwürstchen und Getränken starteten wir schlemmend und natürlich singend in die kurze Sommerpause.

Moni Stahl



Immer gut gelaunt: Gastgeber Heinz Hahn



"Schlemmer-Gartenprobe" im idyllischen Garten Hahn

Jahresausflug der Gruppe "60plus-Gymnastik E" ins Grüne am 23.07.2026



Ist schon ein Jahr vergangen nach unserem letzten Jahresausflug, zu dem wir hier an der Burgruine mit dem Bus losgefahren sind?

Mit einem kräftigen "Ja" haben es alle bestätigt.

Dieses Jahr hatten wir sogar eine Gastwandin aus Irland dabei, die Tochter von Ellen. Sie hat sich gefreut, mit uns wandern zu dürfen und war sehr gespannt.

Nachdem wir mit dem SB15 und anschließend mit dem 142er unsere Zielhaltestelle an der Pierburg erreicht hatten, machten wir uns durch eine zauberhafte Sommerlandschaft zum Ziel unserer Wanderung, dem Restaurant "Zwölf Apostel" in Werden, auf den Weg. Der verlief seitlich der Höhen in Essen-Schuir. Unsere erste kleine Rast machten wir an der Fleur Manufaktur. Mit köstlichen Aprikosenmuffins - Dank an Anne! - und einem fruchtigen Pfirsichsekt genossen wir unser Frühstück, für einige das erste, für andere das zweite an diesem Tag.

Unser Wanderweg führte uns dann weiter am Erlenhof-Pferdehof und an Bauer Kammesheidt vorbei, der über die Grenzen von Essen hinaus berühmt ist für seine Reibekuchen und Grünkohl mit Mettwurst im Herbst und

Winter. Nichts desto trotz ist der Hof mit seinen schönen Blumen und antiken Gegenständen ein Kunstwerk.

Begleitet von der Sonne, einem leichten Wind und angenehmen 24 Grad war es ein Genuss, an den Feldern und über die Höhen zu wandern.

An der ehemaligen Straußenfarm, wo es jetzt ein Restaurant mit Café gibt, haben wir dann bei einem kleinen Snack eine Zwischenrast gemacht. Dem Restaurant gegenüber gibt es übrigens ein großes Adventure-Minigolf- sowie ein Swingolf- und ein Fußballgolf-Gelände.

Nach einigen Wanderliedern und vorbei am Huxeler Hof (Reiterhof) haben wir dann unsere "Zwölf Apostel" erreicht. Bei einem kühlen Radler, einem Fußgängerwasser sowie Folienkartoffeln, Pizza und ähnlichen Leckereien haben wir uns in geselliger Runde für die Heimfahrt gestärkt.

Wir waren uns einig, dass wir einen herrlichen, wunderschönen Jahresausflug ins "Grüne" erlebt haben..

In diesem Sinne: Bleibt gesund und freut euch auf den Jahresausflug im nächsten Jahr!

Ursula Scholz

50plus-Radtour durch den "Bochumer Dschungel" zur Zeche Zollverein

Am Freitag, dem 08.05.2026, trafen sich 12 Radler*innen an der Schwimmbrücke Burgaltendorf zur Industriekultur-Tour zur Zeche Zollverein.

Nachdem an den Vortagen das Wetter für „saubere Wege“ gesorgt hatte, konnten wir unsere Tour bei idealen Wetterbedingungen starten: An der Ruhr entlang bis Steele, weiter über Kray und Stoppenberg bis zum Zollverein-Gelände.

Hier gab es nach einer Gelände-Besichtigungsrunde unsere Einkehr im Bistro Schacht XII.

Unser Rückweg führte uns dann über einige neue Teilstücke des RS1 Richtung Bochum und Hattingen bis zur Schwimmbrücke.

Jürgen Bickert

Tourbeschreibung einer begeisterten Mitradlerin:

"Ich bedanke mich für diese wunderschöne Fahrradtour!

Vorbei an unserer wunderschönen Ruhr, morgens mit Vogelgezwitscher, nachmittags entlang einer großen Herde Schafe. Wir sind an mehreren Welterbestätten vorbeigekommen. Zollverein habe ich noch nie in seiner Ausdehnung so wahrgenommen und dass Friedhöfe zum immateriellen Kulturerbe gehören, habe ich jetzt in Weitmar erFAHREN.

Dass wir durch so viel Grün bis nach Altenessen radeln können und der Wald um Bochum herum fast wie ein Dschungel wirkt, waren für mich besondere Erlebnisse.

Danke, es war meine erste Tour mit euch und sicher nicht die letzte.

Maria Stührenberg-Laurich



50plus-Radtour mit guter Aussicht und Schlagnern der 70er und 80er Jahre

Nachdem drohende Gewitter die Tour am ursprünglichen Termin verhindert hatten, glückte unsere Tour nach Oberhausen und Bottrop im zweiten Anlauf eine Woche später am 07. Juni.

Auch wenn das Thermometer die 20-Grad-Marke nicht erreichte, hatten wir passendes Radfahrwetter. Der Grugaradweg brachte uns zügig in den Essener Nordwesten. Durch das ursprüngliche Hexbachtal erreichten wir Oberhausen und unsere erste Pausenstation am Rhein-Herne-Kanal, wo uns der Zaublerlehrling - auch tanzender Strommast genannt - begrüßte.

Entlang des Kanals und der Emscher, vorbei an Gasometer und OLGA-Park, gelangten wir über die Jacobibahn zur Halde Haniel, die genau auf der Stadtgrenze zwischen Oberhausen und Bottrop steht. Am Fuße der benachbarten Schöttelhalde fuhren wir durch den Köllnischen Wald unserem Mittagspausenziel entgegen. Im Wintergarten des altherwürdigen Overbecks Hof fanden wir einen schönen

Platz. Schlager der 70er und 80er Jahre aus der Box über uns verkürzten die Wartezeit auf unser Essen. Ob Jürgen Drews, Marianne Rosenberg, Udo Jürgens, Rex Gildo, Rudi Carrell oder Marius Müller-Westerhagen - wir konnten alle Songs textsicher begleiten.

Nachdem wir Überlegungen, gleich zu Kaffee und Kuchen überzugehen, verworfen hatten, ging die Tour weiter an Tetraeder und Skihalle vorbei zur Gartenstadt Welheim, einer Arbeitersiedlung, die vor über 100 Jahren für Bergleute errichtet wurde.

Unser nächstes Ziel war Karnap, wo wir den mit 26 Meter über dem Meeresspiegel tiefstgelegenen Punkt Essens ansteuerten.

Als letzten Höhepunkt unserer Tour fuhren wir auf die Schurenbachhalde. Eine gute Fernsicht in alle Richtungen belohnte uns für die Mühen der Auffahrt. In flotter Fahrt kehrten wir über Zollvereinradweg, Krayer Volksgarten und Veltenbahn zufrieden zurück nach Burgaltendorf.

Ulrich Malburg



Am Overbeckshof in Bottrop

50plus-"Aqualon-Radtour" mit vielen Höhen und Tiefen



Mittagspause im idyllischen Remscheid-Lennep

Unseren Start in der Nähe des Altenberger Doms haben wir gleich zu einer kurzen Stippvisite in dem beeindruckenden Gebäude und seinem Umfeld genutzt.

Dann ging es auf die Strecke, die auf der ersten Hälfte sehr viele Höhen und Tiefen aufwies. Die Anstiege wurden belohnt mit schönen, weiten Ausblicken in das grüne bergische Land. Nach den Abfahrten blickten wir auf spiegelnde Wasserflächen der Talsperren.

Der nächste Streckenabschnitt führte über Hückeswagen an die Wupper, auf die Wipertalbahn und dann in Bergisch-Born auf die Balkantrasse Richtung Remscheid-Lennep. Bei der Stärkung zum Mittag konnten wir die sprichwörtliche griechische Gastfreundschaft

genießen.

Daran schloss sich eine kleine Stadttour durch das beschauliche Lennep an. Dann ging es zurück auf die Balkantrasse und nach und nach durch das extra für uns geschmückte Wermelskirchen.

Ganz anders als auf der ersten Hälfte ging es fast nur noch bergab, genau das Richtige nach dem guten Essen und schon etlichen Kilometern in den Beinen.

So ging dann pünktlich um 16:30 Uhr ein Fahrradausflug bei unsicherer Wetterprognose mit geschätzten 30 Sekunden Regen mit vielen schönen Eindrücken zu Ende.

Erlebnisreiche 50plus-Radtour "Wildpferde im Münsterland"



Die beeindruckenden Tiere aus nächster Nähe

Am 14.07.2026 trafen sich 10 Radlerinnen und Radler zu einer Radtour durch das Münsterland. Nach dem Start am Halterner Bahnhof erreichten wir schon bald das weitläufige Waldgebiet der Hohen Mark. An diesem sonnigen Sommertag boten die schattigen Waldabschnitte und der leichte Wind eine willkommene Erfrischung.

Bereits am Vormittag kamen wir im Merfelder Bruch am Gehege der Wildpferde an. Dort erwartete uns eine Forstoberinspektorin

zu einer äußerst interessanten Führung mit vielen spannenden Informationen über die hier lebenden Wildpferde. Rund 400 Stuten und Fohlen konnten wir in herrlicher Natur beobachten. Die Tiere leben auf einer etwa 400 Hektar großen Fläche weitgehend frei und sind ganzjährig sich selbst überlassen. Die Pferde bilden nicht eine einzige, ständig zusammenbleibende Herde. Stattdessen organisieren sie sich in mehreren sozialen Untergruppen, deren Zusammensetzung sich



Forsterin Friederike Rövekamp



Noch ein kurzer Zwischenstopp am Halterner See, bis zum....

im Jahresverlauf teilweise verändert. Jede Untergruppe wird von einer dominanten und erfahrenen Stute geführt. Ein großer Teil der jungen Hengste wird in der berühmten Wildpferdefang-Aktion jeweils im Mai bei stets gut besuchten Veranstaltungen aus der Herde genommen.

Zur Mittagszeit stärkten wir uns in einem gemütlichen Restaurant in der Nähe von Dülmen. Anschließend führte unsere Tour mit den Rädern durch den Naturwildpark Dülmen und

entlang der Borkenberge zurück in Richtung Haltern. Dort erreichten wir das reizvolle Naherholungsgebiet am Halterner Stausee, den wir auf einem schönen Uferweg fast umrundeten.

Den gelungenen Abschluss fand unsere Tour schließlich im Zentrum von Haltern bei einem Besuch einer Eisdiele. Mit einer wohlverdienten Erfrischung endete ein rundum gelungener Tag, der allen Teilnehmenden noch lange in guter Erinnerung bleiben wird.

Gunnar Trittel



....letzten erfrischenden Eis vor Tourende am Halterner Markt

Neue 50plus-Radeltouren mit Einkehr

Bewegung an der frischen Luft, Geselligkeit, Spaß,
entspanntes Radeln ohne hohe Leistungsansprüche

Mit Ausnahme der Wintermonate November bis Februar findet in jedem Monat mindestens eine geleitete Radeltour an unterschiedlichen Wochentagen und zu unterschiedlichen Zeiten statt. Unterwegs gibt es einen Boxenstopp in einer Gaststätte bzw. in einem Biergarten, damit die Geselligkeit nicht zu kurz kommt. Dieses Freizeitangebot richtet sich an TVE-Mitglieder ab ca. 50 Jahren. Nichtmitglieder dürfen ein oder zwei Touren mitfahren, um das Radeltourangebot des Vereins kennenzulernen. Durch die Mitgliedschaft ist die Teilnahme an vielen Sportangeboten ohne weitere Kosten möglich. (Der Mitgliedsbeitrag beträgt 7,75 €/Monat, für Paare 13,00 €.)

Leistungsbeanspruchung

Die Radeltouren weisen unterschiedliche Merkmale auf (Streckenlänge, Schwierigkeit der Strecke, Leistungsanspruch). Diese werden in der Regel bei den Tour-Informationen angegeben.

Equipment

Radtypen: keine Einschränkungen.

Es besteht aus Verantwortung Ihnen gegenüber HELMPFLICHT!

Schlechtwetter-Regelung

Bei schlechtem Wetter entscheidet der/die Tourleiter/-in drei Stunden vor der Treffzeit, ob gefahren wird.

Anmeldung

Die Teilnehmer/-innen müssen sich bis spätestens drei Tage vor dem Tourdatum anmelden (vorzugsweise über den blauen Anmelde-Button oben auf der Webseite oder "notfalls" per eMail sport@tve-burgaltendorf.de). Es können aus Gründen der Praktikabilität (Verkehr, Gaststättenbesuch,...) max. 12 Radler*innen mitfahren!

Auf eine Anmeldebestätigung verzichten wir.

Nichtteilnahme/Absage

Wenn Anmeldungen storniert werden sollen, müssen wir umgehend informiert werden, damit ggf. ein Nachrücken ermöglicht werden kann.



september

Tour A 2026

50plus-Radtour

"Quer durch den Ennepe-Ruhr-Kreis"

Termin: Sonntag, 06.09.2026 (Ausweichtermin: Sonntag, 13.09.2026)

Treffzeit und -punkt: 10:00 Uhr vor dem AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

An der Ruhr entlang Richtung Hattingen, über die Kohlenbahntrasse nach Sprockhövel / Haßlinghausen, Allbringhausen, Witten Wengern, Eisenbahnmuseum Zeche Nachtigal. Mit der Elektrofähre geht es über die Ruhr zum Kernnader Stausee. Weiter über Bochum Weitmar, Dahlhausen wieder zurück nach Burgaltendorf.

Streckenlänge: 59 km, 575 Höhenmeter

Einkehr: am Kernnader See

Rückankunft: gegen 16 Uhr am AKTIV PUNKT

Maximale Teilnehmer*innenzahl: 12

Tourleiter: Jörg Ziemer (joerg.ziemer@freenet.de)

Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0157 38364109

Anmeldung:

Vorzugsweise über den blauen Anmelde-Button auf www.tve-burgaltendorf.de/de/freizeit-aktivitaeten/50plus-radtouren oder "notfalls" per eMail: sport@tve-burgaltendorf.de

september

Tour B 2026

50plus-Radtour "Landmarken"

Termin: Sonntag, 20.09.2026 (Ausweichtermin: Sonntag, 27.09.2026)

Treffzeit und -punkt: 10:00 Uhr, vor dem AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

Die Tour führt über Horst und Freisenbruch nach Kray. Von dort fahren wir entlang der Halde Rhein-Elbe bis zur Erzbahnbrücke, weiter über die Erzbahntrasse Richtung Zoom Erlebniswelt bis zum ersten Highlight der Tour, der Grimberger Sichel. Die Grimberger Sichel ist eine Rad- und Fußgängerbrücke über den Rhein-Herne-Kanal in Gelsenkirchen. Sie überquert den Kanal in einem halbkreisförmigen Bogen mit 153 Meter Länge. Damit ist die Brücke eine der längsten gekrümmten Fußgängerbrücken der Welt und eine der schönsten Brücken des Ruhrgebiets.

Weiter geht es durch das dicht bewaldete Naturschutzgebiet Emscherbruch. Vorbei am Ewaldsee gelangen wir zur ehemaligen Zeche Ewald in Herten, ein vielseitiger Ankerpunkt der Route der Industriekultur. Nebenan wartet der Landschaftspark Hoheward mit einer der eindrucksvollsten Halden des Ruhrgebiets auf uns. Wir überqueren die Halde und werden mit bester Fernsicht belohnt.

Am Fuße der Halde erreichen wir die außergewöhnliche Drachenbrücke und radeln vorbei am Umspannwerk Recklinghausen. Als nächstes Ziel steuern wir den Kirmesplatz der berühmten Cranger Kirmes an. Am Rhein-Herne-Kanal entlang geht es weiter bis zur Papageienbrücke, eine filigrane Stahlkonstruktion, die in schillernden Farben lackiert ist. Wenig später kehren wir in der Kasino Gastronomie Harmonie Unser Fritz zum Mittagessen ein. Frisch gestärkt erreichen wir erneut die Zoom Erlebniswelt und steuern entlang des Rhein-Herne-Kanals die Schurenbachhalde an. Über Zollverein, Hallopark und Steele fahren wir zurück nach Burgaltendorf.

Streckenlänge: ca. 67 km Rundtour, rund 400 Höhenmeter

Einkehr: Kasino Gastronomie Sabrina Kresmer, Herne

Rückankunft: ca. 17 Uhr am AKTIV PUNKT

Maximale Teilnehmer*innenzahl: 12

Tourleiter: Uli Malburg (ulrich.malburg@t-online.de)

Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 01577 9606266

Anmeldung:

Vorzugsweise über den blauen Anmelde-Button auf www.tve-burgaltendorf.de/de/freizeit-aktivitaeten/50plus-radtouren oder "notfalls" per eMail: sport@tve-burgaltendorf.de

Oktober Tour A 2026

50plus-Radtour

"Runde ins Niederbergische"

Termin: Donnerstag, 08.10.2026 (Ausweichtermin: Dienstag, 13.10.2026)

Treffzeit und -punkt: 10:00 Uhr vor dem AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Streckenbeschreibung:

Ruhrtalradweg - Glückauftrasse - Wodantal - Nierenhof - Langenberg - Neviges - Panorama-radweg Niederberg - Velbert - Hetterscheid - Essen-Heidhausen - Baldeneysee - Kupferdreh Burgaltendorf; es erwarten uns die für das Niederbergische typischen Anstiege.

Streckenlänge: 59 km (Rundweg)

Einkehr: Brauhaus Alter Bahnhof, Velbert

Rückankunft: gegen 16 Uhr am AKTIV PUNKT

Maximale Teilnehmer*innenzahl: 12

Tourleiter: Georg Hedwig (georg.hedwig@hedwig-hattingen.de)

Mobilfunk-Nr. für unterwegs: 0178 5452153

Anmeldung:

Vorzugsweise über den blauen Anmelde-Button auf www.tve-burgaltendorf.de/de/freizeit-aktivitaeten/50plus-radtouren oder "notfalls" per eMail: sport@tve-burgaltendorf.de

Oktober Tour B 2026

50plus-Radtour "Gevelsberg/ Radevormwald-Runde"

Termin: Sonntag, 18.10.2026, (Ausweichtermin: Sonntag, 25.10.2026)

Treffzeit und -punkt: 10:00 Uhr, Gevelsberg Hauptbahnhof, Parkplatz Rheinische Str. 12

Streckenbeschreibung:

Gevelsberg – Beyenburg – Hebringhauser Talsperre – Wuppertalsperre – Bergerhofer Bahntrasse – Radevormwald – Ennepetal Stausee – Ennepetal – Milspe – Gevelsberg.

Die Tour ist durch ihr sehr welliges Profil auf der ersten Hälfte und einigen Radwegen durch Waldgebiete nur für geübte Radfahrer*innen. Sie belohnt mit ganz viel Abwechslung und traumhaften Weitblicken (bei gutem Wetter).

Streckenlänge: ca. 65 km Rundtour, ca. 900 Höhenmeter

Einkehr: Restaurant Elvi und Ehle, Radevormwald, Kaiserstraße 89

Rückankunft: ca. 17:30 Uhr am Parkplatz Gevelsberg

Maximale Teilnehmer*innenzahl: 12

Tourleiter: Berthold Mutschmann (b.mutschmann@t-online.de)

Mobilfunknummer für unterwegs: 0173 2937793

Anmeldung:

Vorzugsweise über den blauen Anmelde-Button auf www.tve-burgaltendorf.de/de/freizeit-aktivitaeten/50plus-radtouren oder "notfalls" per eMail: sport@tve-burgaltendorf.de

60plus-Besichtigung des Chinesischen Gartens der RuhrUni Bochum mit Führung



Wunderschöner Blauregenbewuchs an einem der kleinen Gebäude

Am 05.05.2026 konnten wir wieder mit Frau Most, die uns schon 2023 durch den botanischen Garten führte, nun eine Führung durch den chinesischen Garten genießen.

Der Garten Qian Yuan der Ruhr Universität Bochum wurde hier 1990 im Herzen des Botanischen Gartens mit originalen Bauteilen aus China erbaut und ist ein Geschenk der Partneruniversität Tongji in Shanghai. Qian Yuan bedeutet Verborgener Garten. Er verkörpert die Vorstellung einer harmonischen Gesellschaft im Einklang mit der Natur.

Es ist ein klassischer, 1000 Quadratmeter großer, südchinesischer Gelehrte Garten mit unaufdringlichen Farben wie Weiß, Schwarz, Grau und Dunkelrot, der traumhaft angelegt wurde. Materialien wie Naturstein, Ziegel und Holz unterstreichen hier die schlichte Eleganz.

Der zentrale große Teich mit Koi-Fischen, der etwa die Hälfte der Fläche einnimmt, ist umrahmt von einer imposanten Felsenlandschaft aus 600 Tonnen Gestein und spiegelt die jahreszeitlichen Veränderungen der Ve-

getation wieder. Wasserfälle, Ziegelmauern, Holzpfeiler und geschwungene Wandelgänge, die in Pavillons münden, bieten einen Ort der Ruhe und Stille.

Nach einem gemeinsamen Essen in der Mensa der Ruhruniversität traten wir den Heimweg an.

Hans Busch



Gelenkte Sichtachse auf Koi-Teich und Wasserfall

60plus-Besichtigung der Flugschule in Essen-Kupferdreh



Das Innere eines der vielen Flugsimulatoren

Hier, wo u.a. auch die professionelle Ausbildung für Berufspiloten stattfindet, konnten wir am 09.06. in einer Führung einen Einblick über die Aktivitäten und die verschiedenen Einrichtungen der Flugschule kennenlernen.

Dazu konnten wir Florian Käufer gewinnen, der uns durch den Betrieb führte. In seiner Einführung im hauseigenen Café erfuhren wir, dass sein Opa, der Flugkapitän Rolf Käufer, 1982 den Grundstein für eine neue Ära von simulatorbasiertem Training in Deutschland legte.

Von nun an mussten komplexe Fehler nicht mehr auf echten Flugzeugen trainiert werden. Die TFC entwickelte sich zu einem begehrten Arbeitgeber im Ruhrgebiet, hier arbeiten heute mehr als 50 festangestellte Teammitglieder sowie über 300 freiberufliche Experten.

Während der Führung konnten wir hautnah die Trainingsatmosphäre erleben, da in einigen Simulatoren ein Flugtraining durchgeführt wurde. Wir hatten aber auch Gelegenheit, in einigen Cockpits zu sitzen, um die Technik zu bestaunen und uns als Flugkapitän zu fühlen. Ein Bereich war für die Fortbildung von Stewardessen vorgesehen. Hier werden Übungen für Notfälle durchgeführt wie z.B. Evakuierung über Rutschen und Umgang mit den Passagieren im Brandfall.

Nach der Rückfahrt mit dem Bus sind wir noch gemeinsam in das Café-Restaurant "Burgfreund" gegangen.

Ich möchte mich im Namen des 60plus-Teams bei Florian Käufer für die kompetente und kostenlose Führung herzlich bedanken.

Hans Busch



Florian Käufer (re.) beantwortete alle unsere Fragen geduldig und kompetent

Eindrucksvolle 60plus-Besichtigung des Flughafens Essen/Mülheim



Am 21.07.2026 besuchten 15 Teilnehmer und Teilnehmerinnen den Flughafen Essen/Mülheim. Per Bus und Bahn wurde der Flughafen innerhalb kürzester Zeit erreicht. Spannende Einblicke in mehr als 100 Jahre Luftverkehrsgeschichte erwarteten uns.

Das Gelände wird bereits seit 1919 fliegerisch genutzt. In den 1930er Jahren entwickelte sich der Flughafen zu einem bedeutenden Luftverkehrsknotenpunkt des Ruhrgebiets. Heute dient er vor allem der Pilotenausbildung, dem Geschäftsflugverkehr sowie dem Luftsport und ist damit ein wichtiger Bestandteil der regionalen Luftverkehrsinfrastruktur.

Beim Rundgang über das Flughafengelände wurden unserer Gruppe u.a. verschiedene Großfahrzeuge gezeigt, die für den sicheren Betrieb des Flughafens erforderlich sind.

Ein besonderer Höhepunkt der Besichtigung war der Besuch der Luftschiffhalle der WDL Luftschiffgesellschaft. Dort wurde die Geschichte der Luftschiffahrt am Standort Essen/Mülheim vorgestellt. Besonders beeindruckend war die moderne Halle, die als Heimat der Zeppelin-NT-Luftschiffe dient und die frühere Halle ersetzt. Wir erhielten interessante Informationen über den Aufbau, die Technik und den Betrieb der Luftschiffe sowie über deren Einsatz für Rundflüge, Werbung und besondere Veranstaltungen. Die Dimensionen der Halle sowie die Größe des Luftschiffes vermittelten einen eindrucksvollen Einblick in diese besondere Form der Luftfahrt.

Das berühmte Prallluftschiff Theo wurde inzwischen in den Ruhestand versetzt und ist jetzt als Blickfang ständig in der Halle abgestellt. Als Highlight der Führung durften wir Theo von innen besichtigen und in der Gondel probesitzen.

Im Anschluss führte die Besichtigung zum Tower.

Von dort aus konnte der Flugbetrieb aus nächster Nähe beobachtet werden. Wir hatten das Glück, gleich mehrfach den z. Zt. häufig über Essen sichtbaren Zeppelin bei seinen Starts und Landungen beobachten zu können.

Die Fluglotsen im Tower erläuterten ihre Aufgaben bei der Koordination von Starts und Landungen der Flugzeuge sowie die Kommunikation mit ihren Pilotinnen und Piloten. Anschaulich wurde erklärt, wie durch moderne Funk- und Sicherheitstechnik ein geordneter und sicherer Ablauf des Flugbetriebs gewährleistet wird. Von der Aussicht aus dem Tower bot sich zudem ein hervorragender Überblick über das gesamte Flughafengelände, die Start- und Landebahn sowie die Rollwege.

Ein gemeinsames Mittagessen im Flughafenrestaurant rundete unsere Erlebnisse perfekt ab.

Gunnar Trittelt



**60PLUS
FREIZEITAKTIVITÄTEN
BIS ENDE 2026**

60plus-Betriebsführung im DHL Paketzentrum Bochum am 15.09.2026

Am 15.09.2026 werden wir einen Blick hinter die Kulissen eines der modernsten Paketzentren Europas werfen! Bei der Führung durch das DHL Paketzentrum auf dem ehemaligen Opelgelände in Bochum erleben wir hautnah, wie täglich zehntausende Pakete mithilfe hochautomatisierter Technik sortiert und auf den Weg gebracht werden.

Beeindruckende Dimensionen, rasante Fördertechnik und perfekt abgestimmte Logistikprozesse zeigen, wie komplex und effizient der Paketversand heute funktioniert.

Wir erfahren außerdem mehr über die Zusammenarbeit von Mensch und Maschine sowie über nachhaltige Technologien im Betrieb.

Eine spannende Gelegenheit für alle, die sich für Technik, Logistik und die Abläufe hinter dem Onlinehandel interessieren.

Um bestimmte technische Bühnen des Betriebes zu erreichen, ist das Steigen von Treppenstufen nicht vermeidbar. Barrierefreiheit ist in diesem Betrieb leider nicht gegeben.

Programmablauf:

Um die Fahrtkosten zu reduzieren, werden vor Antritt der Fahrt vom Organisator Gruppentickets für alle Interessierten gekauft.

09:20 Uhr: Treffen an der Haltestelle Burg-ruine

09:36 Uhr: Fahrt mit dem Bus SB15 nach Essen Hbf.

10:13 Uhr: Fahrt mit dem RE 11 nach Bochum Hbf.

10:30 Uhr: Fahrt mit der Straßenbahn, Linie 302, zum "O-Werk Bochum"

10:42 Uhr: 10 Minuten Fußweg zum Logis-

tikzentrum

11:00 bis 12:30 Uhr: Führung durch den Betrieb

ca. 12:53 Uhr: Rückfahrt Straßenbahn zur Einkehr im Restaurant "Mutter Wittig"

ca. 15:15 Uhr: Rückfahrt nach Burgaltendorf ab Bochum Hbf

Rückankunft in Burgaltendorf:

ca. 16:15 Uhr

Teilnehmereigenleistung:

3,00 € (Mitglieder), 5,00 € (Nichtmitglieder)
Kosten für Hin- und Rückfahrt, sowie für die Einkehr sind nicht in der Teilnahmegebühr enthalten.

Stornokosten bei Abmeldung nach Anmeldeschluss:

3,00 €

Anmeldemöglichkeiten:

Vorzugsweise über die blauen Anmeldebuttons oben auf der TVE-Webseite;

alternativ:

- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App (Anmeldungen und Anträge)
- oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmelden zu einer Freizeitaktivität")

BITTE bei der Anmeldung angeben: "mit Einkehr" oder "ohne Einkehr".

Max. Teilnehmerzahl: 20 Personen

Anmeldeschluss: 01.09.2026

Projektleitung: Gunnar Triffel
(Tel. 0177 3845856)

60plus-Ausflug zur Dr. Oetker Welt mit Führung am 06.10.2026

Wir besuchen den Firmensitz von Dr. Oetker und erleben hautnah die 130-jährige Firmengeschichte. 1891 gründete Dr. Oetker das Familienunternehmen mit der Eröffnung einer Apotheke in Bielefeld. Von der Erfindung des Backpulvers bis zum köstlichen Vanillepudding findet die Zeitreise statt. Auch werfen wir einen Blick in die Versuchsküche, die 1891 durch die Frau des Firmengründers entstand. Bis heute ist Dr. Oetker ein Familienunternehmen, das in mehr als 40 Ländern vertreten ist.

Natürlich kann probiert werden, wie z.B. am Puddingautomaten.

Die Führung dauert ca. 2,45 Std. Nach der Führung findet eine Verköstigung der Produkte, wie z.B. Pizzen, im Bistro statt.

Natürlich kann man auch nachher einkaufen.

Hinweis: Die Dr. Oetker Welt ist barrierefrei!

Programmablauf:

11:00 Uhr: Abfahrt von der Burgruine mit dem Reisebus

13:30 – ca. 16:15 Uhr: Führung Dr. Oetker Welt

17:00 Uhr: Rückfahrt nach Burgaltendorf

Teilnehmereigenleistung (abhängig von der TN-Zahl):

Bei 50 TN: 32,00 € (Mitglieder),
35,00 € (Nichtmitglieder)

bei 40 TN: 36,00 € (Mitglieder),
39,00 € (Nichtmitglieder)

bei 33 TN: 41,00 € (Mitglieder),
44,00 € (Nichtmitglieder)

Stornokosten (bei Abmeldung nach Anmeldeschluss): 20,00 €

Anmeldemöglichkeiten:

Vorzugsweise über die blauen Anmeldebüttons oben auf der TVE-Webseite;

alternativ:

- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App (Anmeldungen und Anträge)
- oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmelden zu einer Freizeitaktivität")

Max. Teilnehmerzahl: 50 Personen

Anmeldeschluss: 29.08.2026

Projektleitung: Dorothee Virnich
(Tel.: 01777845593)



60plus-Wanderung mit anschließendem Grünkohlessen am 03.11.2026

Auch in diesem Jahr möchten wir wieder das traditionelle Grünkohlessen anbieten. Es findet am 03.11.2026 in Bochum-Dahlhausen, Restaurant 'Heinrichsbauer', in der Kassenberger Straße 16 statt.

Vorher wollen wir natürlich wieder wandern, und zwar ab unserer Schwimmbrücke Burgaltendorf/Dahlhausen auf Essener Seite. Von dort geht's an der Ruhrsleuse den Leinpfad entlang bis zur Radbrücke Dahlhausen. Nach Überquerung der Ruhr geht's vorbei am Eisenbahnmuseum zurück bis zum Bahnhof Dahlhausen und hin zum nahegelegenen Restaurant. Die Wanderstrecke ist knapp über 5 km, ohne Anstiege und auf festen Wegen.

Programmablauf:

11:00 Uhr Treffen an der Schwimmbrücke

13:00 Uhr (ca.) Grünkohlessen

Teilnehmereigenleistung:

Die Kosten für das Essen und die Getränke trägt jeder selbst. (In Buffetform: Grünkohl mit Mettwurst, Kassler und/oder Bauch sowie einer Kartoffelbeilage = 19,90 €)

Anmeldemöglichkeiten:

Vorzugsweise über die blauen Anmeldebuttons oben auf der TVE-Webseite;

alternativ:

- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App (Anmeldungen und Anträge)
- oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmelden zu einer Freizeitaktivität")

BITTE BEI DER ANMELDUNG ANGEBEN:

für Teilnehmer*innen, die keinen Grünkohl mögen, bitte dieses auf der Anmeldung vermerken. Hier gilt die Speisekarte.

Stornokosten bei Abmeldung nach Anmeldeschluss:

5,00 €

Anmeldeschluss: 20.10.2026

Max. Teilnehmerzahl: 35 Personen

Projektleitung:

Udo Heising (Tel.: 0172 7223678)

60plus-Fahrt zum "Weihnachtszauber" nach Schloss Bückeburg am 01.12.2026

Am 01.12.26 fahren wir vom Busbahnhof mit dem Reisebus nach Schloss Bückeburg. Es ist eines der schönsten Schlossanlagen Norddeutschlands. Umgeben von beleuchteten Schlossräumen und märchenhaften Gartenanlagen bummelt man durch die weihnachtlich geschmückten Stände. Ein reichhaltiges Rahmenprogramm bietet von der Reitvorführung der fürstlichen Hofreitschule, Lesungen und kulinarischen Köstlichkeiten für jeden etwas. Mit liebevoll dekorierten Ständen, handgefertigten Geschenken und wunderschönen Dekorationen erwartet uns ein Weihnachtsmarkt der besonderen Art. Der Duft von Glühwein und Bratäpfeln begleitet uns zu funkelnden Lichtern und festlichen Klängen.

Programmablauf:

11:00 Uhr: Abfahrt von der Burgruine mit dem Reisebus

14:00 Uhr: Ankunft in Bückeburg und Besuch des Weihnachtsmarktes

18:30 Uhr: Rückfahrt nach Burgaltendorf

Teilnehmereigenleistung (abhängig von der TN-Zahl):

bei 56 TN: 42,00 € (Mitglieder),
45,00 € (Nichtmitglieder)

bei 50 TN: 44,00 € (Mitglieder),
47,00 € (Nichtmitglieder)

bei 40 TN: 51,00 € (Mitglieder),
54,00 € (Nichtmitglieder)

Anmeldemöglichkeiten:

Vorzugsweise über die blauen Anmeldebuttons oben auf der TVE-Webseite;

alternativ:

- im TVE-Büro (Formular)
- per eMail (sport@tve-burgaltendorf.de)
- online über die App (Anmeldungen und Anträge)
- oder über die Homepage (www.tve-burgaltendorf.de > blaues Aufklappmenue am rechten Rand "Anmelden zu einer Freizeitaktivität")

Stornokosten bei Abmeldung nach Anmeldeschluss: 25,00 €

Anmeldeschluss: 02.11.2026

Max. Teilnehmerzahl: 56 Personen

Projektleitung:

Dorothee Virnich (Tel.: 0177 7845593)

TVE · Organisation

Der TVE erhebt:

1. eine Aufnahmegebühr
2. einen Vereinsbeitrag
3. Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge
4. Kursgebühren
5. Teilnehmereigenleistungen
6. eine Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr

Beitragsregelungen (ab 01.03.2026)

Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (einmalig)
Aufnahmegebühr:	Neumitglieder, unabhängig v. Alter und Beitragsart	8,00 €
Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr:		
In allen Gruppen/Abteilungen - Ausnahmen: Kraftgerätraining, Sportkurse, Eltern/Kind-Turnen - ist es möglich, einen Monat kostenlos zu "schnuppern". Danach muss ein Aufnahme-Antrag vorliegen, wenn das TVE-Angebot weiterhin wahrgenommen werden soll. Wird das Angebot weiterhin ohne Mitgliedschaft wahrgenommen, wird der/dem Teilnehmenden eine "Nichtmitglieder-Teilnahmegebühr" in Höhe des Zweifachen des ansonsten anfallenden Beitrags in Rechnung gestellt.		
Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (monatlich)
Vereinsbeitrag: Einzelbeitrag		
"Junge-Leute-Beitrag"	Mitglieder im Alter von 0-25 Jahre	7,25 €
Einzelbeitrag "Erwachsene ab 26 J."	Erwachsene ab 26 Jahre	7,75 €
Kurzzeitmitgliedsbeitrag	nur möglich f. Teilnehmer/-innen Kraftgerätraining	8,00 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen bes. Voraussetzungen (z.B. Wohn-sitz außerhalb von NRW, Wohnsitz im Alten- oder Pflegeheim) auf Beschluss des Vorstandes	3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Für mehrere Vereinsmitglieder in einer Familie. Einschränkung: Kinder aus der Familie ab 21 J. können nicht (mehr) unter den Familienbeitrag fallen. Für sie wird der "Junge-Leute-Beitrag" bzw. der "Einzelbeitrag" (s.o.) erhoben.	Für zwei Mitglieder aus einer Familie --> zuzüglich --> für jedes weitere TVE-Mitglied (Eltern, Kinder bis 21 J.) aus dieser Familie Für jedes Familienmitglied, das TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.	13,00 € 3,00 €
Vereinsbeitrag: Obergrenzenregelung (nur auf Antrag hin)	Wenn die Summe aus Vereinsbeiträgen und Abteilungs-/Sportgruppenbeiträgen für die TVE-Mitglieder aus einer Familie (Eltern sowie Kinder bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres) für ein Halbjahr den Beitrag von 190,- € überschreitet, wird der 190,- € überschreitende Betrag erstattet. Diese Beitragsart wird nicht rückwirkend und nicht monatlich anteilig gewährt.	190,00 € pro HalbJ.
Abteilungs-/Gruppenbeiträge (zusätzlich zum Vereinsbeitrag):		
Teilnehmer der Sportangebote:		
- Leistungsturnen		10,00 €
- Rhönradturnen		8,00 €
- HipHop & Video-Clip-Dancing		2,00 € ab 03/26
- Judo	(Pass- und Sichtmarken inklusive, Wettkampf- und Gürtelprüfungsgebühren exklusive)	9,00 €
- Badminton	für Mitglieder bis 20 Jahre (limitiertes Ballbudget inkl.) für Mitglieder ab 21 Jahre (freies Spielen ohne Trainingsleitung)	6,50 € 4,00 €
- Laufsport		2,00 €
- Chor "tonARTisten"	Mitglieder im Alter bis 24 Jahre: Mitglieder im Alter ab 25 Jahre:	3,00 € 9,00 €
- Kraftgerätraining	ab 16 Jahre	25,00 €
- Kraftgerätraining: Sonderbeitrag	15- bis 25jährige mit eingeschränkter Trainingszeit: Mo-Do 17-22 Uhr, Fr 17-21 Uhr, Sa 11-17 Uhr (die Einschränkung gilt nicht in den Ferien)	12,00 €
- Wassergymnastik		2,50 €

Welche Beitragsart?	Wann?	Wie viel? (monatlich)
REHA-Sport - Sport in der Krebsnachsorge (mit Verordnung)	bei TVE-Mitgliedschaft (nicht erforderlich, aber erwünscht)	0,00 €
- Sport in der Krebsnachsorge (oh. Verordnung)	TVE-Mitgliedschaft erforderlich	6,00 €

Kursgebühren

Kursgebühren werden für Angebote erhoben die in Kursform, also zeitlich befristet angeboten werden und für die in der Regel eine Mitgliedschaft nicht erforderlich ist. Die Kursgebühren für TVE-Mitglieder liegen in der Regel deutlich unter denen für Nichtmitglieder.

Teilnehmereigenleistungen

Für die optionale Teilnahme an besonderen Aktivitäten (60plus-Freizeitaktivitäten, Chorwochenenden, Turnfeste...) werden die Teilnahmekosten - oft nach Abzug eines Vereinszuschusses - in Rechnung gestellt.

HINWEISE

Umstellungen der Beitragsart wegen der Erreichung von Altersgrenzen erfolgen erst zum Beginn des nachfolgenden Halbjahres.

Ein Austritt kann nur zum Jahresende (31.12.) und nur schriftlich erfolgen. Beiträge sind bis zum Datum der Beendigung der Mitgliedschaft - unabhängig vom Zeitpunkt der Austritts-Erklärung - zu zahlen. Kurzzeitmitglieder können den Austritt zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erklären.

Die Beendigung der Mitgliedschaft in einer Abteilung/Sportgruppe, in der Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge erhoben werden, kann - unabhängig von der VEREINSmitgliedschaft - zum 30.06. und 31.12. eines jeden Jahres schriftlich oder mündlich zur Niederschrift im TVE-Büro erfolgen. Soweit kein SEPA-Lastschriftverfahren erteilt wurde, wird der gesamte Jahresbeitrag jährlich zum 15. April fällig. Die durch ein Mahnverfahren entstehenden Kosten gehen zu Lasten des/der Säumigen, ebenso Bankrückbelastungsgebühren, die das Mitglied verursacht hat.

Bildung und Teilhabe

Beiträge und Gebühren für Kinder, deren Eltern Bürgergeld nach dem SGB II, Sozial- oder Wohngeld beziehen, können bis zu einer Höhe von 120,- € jährlich auf Antrag durch das JobCenter übernommen werden. Wir stellen für die Beantragung gerne eine Beitragsbescheinigung/-rechnung aus. Bitte kontaktieren Sie uns.

Bankverbindung des TVE Burgaltendorf (Kontoinhaber):

IBAN: DE69 3606 0488 0200 0207 00, BIC: GENODEM1GBE (GENO Bank Essen)

Der Einzug von Forderungen (Mitgliedsbeiträge u. Gebühren; Eigenleistungen für Sportkleidung, für die Teilnahme an Freizeitaktivitäten, Wettkämpfen und Ähnlichem) erfolgt ab 2014 im Europäischen SEPA-Basis-Lastschriftverfahren und zwar terminlich

- am 1. März die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das erste Halbjahr des Jahres (für Mitglieder, die nach dem 1. März d. J. aufgenommen wurden, am 30.06. („Nachzüglerbeitragseinzug“)
- am 1. September die Vereins- und Abteilungsbeiträge für das zweite Halbjahr des Jahres (für Mitglieder, die nach dem 1. September d.J. aufgenommen wurden, am 27.12. („Nachzüglerbeitragseinzug“)
- am 1. April die Kursgebühren für die Kurse des ersten Halbjahres
- am 1. Oktober die Kursgebühren für die Kurse des zweiten Halbjahres
- monatlich am 15. der Abteilungsbeitrag „Kraftgerätetraining“ und der Kurzzeitmitgliedsbeitrag.

Informationspflicht des Mitglieds

Ist das Mitglied nicht selbst Zahler/-in von Forderungen des Vereins, sondern z.B. ein Elternteil oder der/die Ehepartner/-in ist Kontoinhaber/-in des im SEPA-Lastschriftmandat der Einzugsermächtigung angegebenen Kontos, hat das Mitglied die Pflicht, den/die Zahler/-in über anstehende Lastschrifteinzüge zu informieren.

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W.-Tag Uhrzeit	Orga/Nr., Mitarbeiter/-innen (max. 3 Namen)
202 "Turnen, Spiel & Schwimmb., f. Kinder"	Turnen & Spiel	4 - 6 Jahre	Th. Holteyer Str.	5*Fr.	15:00 - 16:00 20201
	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.	5*Fr.	16:00 - 17:00 20202
	+ Wassergebung	4 - 6 Jahre	Th. Holteyer Str.	1*Mo.	16:00 - 17:15 20203
	Turnen & Spiel	4 - 6 Jahre	Bad Holteyer Str.	1*Mo.	17:15 - 18:15 20204
	+ Wassergebung	4 - 6 Jahre	Sh auf dem Lah	4*Do.	16:00 - 17:00 20205
	Turnen & Spiel	4 - 6 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	17:00 - 18:00 20206
	Jungen u. Mädchen	4 - 6 Jahre	Th. Holteyer Str.	2*Di.	16:00 - 17:00 20207
	Jungen u. Mädchen	1. bis 4. Schuljahr	Bad Holteyer Str.	2*Di.	17:00 - 18:00 20208
	+ Schwimmen	1. - 4. Schuljahr	Th. Holteyer Str.	2*Di.	17:00 - 18:00 20209
	Turnen & Spiel	1. bis 4. Schuljahr	Sh auf dem Lah	-R	17:00 - 18:30 20220
203 "Leistungs- und Rhythmaturnen"	Gedächtnis	Vorschul - 4. Schulj.	Sh auf dem Lah	2*Di.	18:30 - 20:15 20301
	Leistungsstunden Gr. 1	ab 18 Jahre	Sh auf dem Lah	1*Mo.	18:30 - 20:15 20301
	weibl. Mitgl.	ab 5.J., Anfängerinnen	Sh auf dem Lah	2*Di.	15:45 - 17:30 20302
	Leistungsstunden Gr. 2	ab 12 J.	Sh auf dem Lah	2*Di.	16:30 - 18:30 20303
	weibl. Mitgl.	ab 12 J.	Sh auf dem Lah	4*Do.	16:30 - 18:30 20304
	Leistungsstunden Gr. 3 Fortgeschr	ab 12 J.	Sh auf dem Lah	2*Di.	16:30 - 18:30 20305
	Leistungsstunden Gr. 4 Fortgeschr	ab 12 J.	Sh auf dem Lah	4*Do.	16:30 - 18:30 20306
	Rhythmaturnen A	männl. + weibl. Anfäng	Sh auf dem Lah	1*Mo.	18:30 - 20:00 20309
	Rhythmaturnen B	männl. + weibl. Fortg	Sh auf dem Lah	4*Do.	20:00 - 21:15 20310
	Rhythmaturnen	Übungsleiter*innen	Sh auf dem Lah	1*Mo.	18:30 - 20:15 20311
204 "Tischtennis"	Rhythmaturnen	Übungsleiter*innen	Sh auf dem Lah	4*Do.	21:00 - 21:45 20312
	Jungen & Mädchen	10 - 17 Jahre	Th. Holteyer Str.	2*Di.	18:00 - 20:00 20401
	Tischtennis		Th. Holteyer Str.	2*Di.	19:00 - 22:00 20405
	Frauen & Männer		Th. Holteyer Str.	4*Do.	18:30 - 22:00 20406
	Tischtennis				
	Frauen & Männer				
	Frauen & Männer				
	Frauen & Männer				
	Frauen & Männer				
	Frauen & Männer				
205 "Janz"	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	8 - 10 Jahre	AKTIV PUNKT	5*Fr.	16:30 - 17:30 205A
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	5 und 7 Jahre	AKTIV PUNKT	5*Fr.	14:30 - 15:30 205A1
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	5 und 7 Jahre	AKTIV PUNKT	5*Fr.	15:30 - 16:30 205A2
	Hip Hop & VideoClip Dance# G	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*Fr.	17:30 - 18:30 205B
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	10 - 12 Jahre	AKTIV PUNKT	5*Fr.	17:30 - 18:30 205B
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*Fr.	18:30 - 19:30 205C
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*Fr.	18:30 - 19:30 205C
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*Fr.	18:30 - 19:30 205C
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*Fr.	18:30 - 19:30 205C
	Hip Hop & VideoClip Dance Gr.	Jungen u. Mädchen	AKTIV PUNKT	5*Fr.	18:30 - 19:30 205C
206 "Eiern/ Kind-Turnen"	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	1*Mo.	16:00 - 17:00 206A
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	1*Mo.	17:00 - 18:00 206M
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	3*Mi.	16:00 - 17:00 206N
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	3*Mi.	17:00 - 18:00 206P
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	LM-	15:30 - 16:30 206R
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	LM-	15:30 - 16:30 206R
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	LM-	15:30 - 16:30 206R
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	LM-	15:30 - 16:30 206R
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	LM-	15:30 - 16:30 206R
	Eiern mit Kindern	Kinder: 2 - 4 Jahre	Sh auf dem Lah	LM-	15:30 - 16:30 206R
207 "Basketball"	Basketball	6 - 9 Jahre	Sh auf dem Lah	^	15:45 - 17:15 20701
	Basketball	ab 16 Jahre	Th. Holteyer Str.	1*Mo.	20:00 - 21:45 20702
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
208 "Judo"	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705
	Basketball	ab 16 Jahre	Sh auf dem Lah	-R	18:00 - 20:00 20705

Sportart	Zielgruppe	Alter	Sportstätte	W-Tag	Uhrzeit	Orga.Nr.	Mitarbeiter/-innen (max.3 Namen)	
Judo Gr. 1	männl. + weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.	3*mi.	16:00 - 17:30	20801	Weith, B.	
Judo Gr. 2	männl. + weibl. Mitgl.	ab 10 J/5. Schulj.	Th Holteyer Str.	3*mi.	17:30 - 19:00	20802	Weith, B.	
Judo und Fitness (Gr. 3)	männl. + weibl. Mitgl.	dit. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.	3*mi.	19:00 - 20:30	20803	Weith, B.	
Judo Gr. 4	männl. + weibl. Mitgl.	5 - 10 Jahre	Th Holteyer Str.	5*fr.	16:00 - 17:30	20804	Weith, B.	
Judo Gr. 5	männl. + weibl. Mitgl.	ab 10 J/ab5 Schulj.	Th Holteyer Str.	5*fr.	17:30 - 19:00	20805	Weith, B.	
Judo und Fitness (Gr. 6)	männl. + weibl. Mitgl.	dit. Jugendl. + Vollj.	Th Holteyer Str.	5*fr.	19:00 - 20:15	20806	Weith, B.	
209 "Badminton"								
Badminton	weibl. + männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LMR	2*di.	18:30 - 20:00	20901	Brueys, H.
Badminton	weibl. + männl. Mitgl.	7 - 18 Jahre	Sh Auf dem Loh	LMR	5*fr.	17:00 - 20:00	20903	Kaczmarek, E.
Badminton (ohne Trainer*in)	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	LM-	2*di.	20:00 - 21:45	20910	(ohne Leitung)
Badminton (ohne Trainer*in)	Männer u. Frauen	ab 19 Jahre	Sh auf dem Loh	LMR	5*fr.	20:00 - 21:45	20911	(ohne Leitung)
213 "Ballsport"								
Ballsport	Jungen	18 - 25 Jahre	Sh Auf dem Loh	-R	1*mo.	20:15 - 21:45	21301	Neumann
Ballsport	Männer	ab ca. 30 Jahre	Sh Auf dem Loh	-R	4*do.	19:30 - 20:45	21306	Wehmeler
214 "Rad-Sport"								
Sport, Rad-Tourenfahren	Männer u. Frauen	ab ca. 35 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	4*do.	18:30 - 20:30	21401	Spengler, E.	
215 "Laufsport und Leichtathletik"								
(Nordic)Walking, Termin A	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	2*di.	18:15 - 19:30	215A	Spengler, Gg.	
Laufen, Termin D	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Genossenschaft	6*sa.	10:00 - 11:00	215D	Spengler, Gg.	
Laufen, Termin E	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: AKTIV PUNKT	3*mi.	17:00 - 18:00	215E	Wiede, N.	
(Nordic)Walking, Termin F	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: Marktplatz	4*do.	17:15 - 18:30	215F	Spengler, Gg.	
(Nordic)Walking, Termin G	männl. + weibl. Mitgl.	ab 16 Jahre	TP: verschiedene	3*mi.	09:30 - 10:45	215G	Enigk, D.	
216 "Fitnesstraining für Männer"								
Fitnesstraining & Spiel	Männer	60plus	Th Holteyer Str.	5*fr.	20:15 - 21:45	21602	Kolligs, H.	
Fitness durchs Jahr	Männer	40plus	Sh Auf dem Loh	LM-	20:15 - 21:15	21603	Hartstock, H.	
217 "Fitnesstraining für Frauen"								
Fitness durchs Jahr, Gr. E	Frauen		Sh Auf dem Loh	-R	1*mo.	18:45 - 20:15	217E	Enigk, G.
Fitness durchs Jahr, Gr. G	Frauen		Th Holteyer Str.	1*mo.	17:15 - 18:45	217G	Grund, B.	
Fitness durchs Jahr, Gr. M	Frauen		Sh Auf dem Loh	-R	4*do.	18:00 - 19:30	217M	Hopken, G.
218 "Gymnastik & Spiel 60plus"								
Gymnastik D	Frauen	60plus	AKTIV PUNKT/Komm	4*do.	14:45 - 15:45	21801	Stabberg, R.	
Gymnastik E	Frauen	60plus	Th Holteyer Str.	-R	4*do.	16:15 - 17:30	21802	Stabberg, R.
Gymnastik & Spiel F	Männer	60plus	Th Holteyer Str.	1*mo.	18:45 - 20:15	21810	Kolligs, H.	
Fitness im vierten Viertel	Männer u. Frauen	75plus	AKTIV PUNKT/Sport-R	2*di.	15:55 - 16:55	21830	Hutschenreuter, H.	
Wassergymnastik A	Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	4*do.	16:30 - 17:15	218A	Krieg, M.	
Wassergymnastik B	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	1*mo.	18:30 - 19:15	218B	Krieg, M.	
Wassergymnastik C	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	4*do.	17:45 - 18:30	218C	Kick, R.	
Wassergymnastik D*	Männer u. Frauen	60plus	Bad Holteyer Str.	5*fr.	18:00 - 18:45	218D	Kick, R.	
219 "REHA-Sport"								
Sport f.d. Krebsnachsorge	Männer u. Frauen	unabhängig	AKTIV PUNKT/Sport-R	2*di.	17:00 - 18:00	219K	Hartstock, H.	
250 "Kraftarbeitstraining"								
Kraftgerätrtraining	Männer u. Frauen	ab 15 Jahre	AKTIV PUNKT	KIR	mo-so.	-	25001	Verschiedene
308 Freizeitaktivitäten								
Boule-Spiel	Männer u. Frauen		Platz Holteyer Str.	so.	10:30 - 12:30	308T1		
Boule-Spiel	Männer u. Frauen		Platz Holteyer Str.	mi.	14:00 - 16:00	308T2		

Impressum

Herausgeber

AKTIV.

Eine Zeitschrift von Mitgliedern
und dem TVE-Mitarbeiterteam

TVE Essen-Burgaltendorf
Holteyer Str. 29
45289 Essen
Gerhard Spengler (Geschäftsführer)

Layout	Inken Renée Funken
Druck	Wir machen Druck, Backnang
Auflage	2.500 Exemplare
Fotos	TVE; Pixabay; Unsplash;
Erscheinen	Vierteljährlich (März, Juni, September, Dezember)
Kosten	Im Mitgliedsbeitrag und in Kursgebühr enthalten
Telefon	0201 570397
Fax	0201 5718 628
eMail	sport@tve-burgaltendorf.de
Internet	www.tve-burgaltendorf.de

Servicezeiten des TVE-Büros

Holteyer Str. 29
45289 Essen:

montags - freitags	08.00 - 13.00 Uhr
dienstags u. mittwochs	15.00 - 20.00 Uhr

Du möchtest wissen, ob deine Sportstunde möglicherweise ausfällt?

Diese Frage beantwortet ein Internetkalender
(Link auf der Startseite der Homepage und in der TVE-App),
der JEDE EINZELNE Sportstunde mit Ausfall- oder
Änderungshinweisen enthält.

DAMIT AUCH IHRE
AUGEN UND OHREN
BESTLEISTUNG BRINGEN

- Bochumer Str. 38–40 | 45276 Essen
Tel. 0201.8 51 25-0
- Nockwinkel 99 | 45277 Essen
Tel.: 0201.58 59 99
- Albertus-Magnus-Str. 16 | 47259 Duisburg
Tel.: 0203.7 39 57 00
info@bagus-gmbh.de | www.bagus-gmbh.de

 **BAGUS**
Auge und Ohr für Sie

Augenoptik | Hörakustik | Kinderhörzentrum | Pädakustik | Cochlear Implant Centrum



Vierfacher Erfolg für die GENO BANK ESSEN!
Ausgezeichnet beraten. Persönlich und digital.
Beste Bank vor Ort

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.



GENO BANK ESSEN eG

IN ESSEN MEHR ERREICHEN